MANOEL PASTANA

Vencedor do Troféu Superação de 2009
(Programa *Mais Você* – Rede Globo)

De Faxineiro a Procurador da República

Uma história real
de incrível superação

TÉCNICAS E ESTRATÉGIAS PARA

- preparação para provas e concursos
- desenvolvimento da inteligência emocional

3.ª edição
Revista e reformulada

MANOEL PASTANA é Procurador da República (membro do Ministério Público Federal – MPF). Para chegar a esse cargo tão concorrido, passou por muitos percalços em sua vida, todos superados com muito estudo e dedicação. Quando chegou a Brasília, no início de 1980, trabalhou como faxineiro e vendedor de livros. Em 1981, entrou no serviço público como soldado da Aeronáutica. Por meio de concurso público, ingressou na Escola de Especialistas de Aeronáutica, localizada em Guaratinguetá/SP, formando-se Sargento Especialista de Aeronáutica, em dezembro de 1984.

Em 1992, concluiu o curso de Direito em uma faculdade de Brasília (trabalhava durante o dia e estudava à noite). No mesmo ano da formatura, passou em primeiro lugar no concurso de Oficial de Justiça, realizado pelo TRF da 1.ª Região. Foi nomeado para o STJ, tornando-se o primeiro Oficial de Justiça daquele Tribunal Superior.

Em junho de 1994, assumiu as funções de Procurador Federal do INSS, em Brasília/DF, cargo conquistado por concurso público, aprovado em primeiro lugar. Pouco tempo depois, passou no concurso de Procurador da República, ingressando na carreira do MPF em junho de 1996. Em dezembro de 2003, foi promovido a Procurador Regional da República (segunda instância). Atualmente, exerce suas funções na Procuradoria Regional da República da 4.ª Região, Porto Alegre/RS, oficiando perante o TRF4, Tribunal Federal que tem jurisdição sobre os três estados do Sul.

Como Procurador da República (primeira instância), trabalhou em Campos/RJ, Brasília/DF, Rio Branco/AC e Macapá/AP. Durante quatro anos foi Procurador Eleitoral e Procurador-Chefe da Procuradoria da República no Amapá.

EDITORA
MÉTODO
www.editorametodo.com.br

gen
Grupo
Editorial
Nacional

MANOEL PASTANA
Vencedor do Troféu Superação de 2009
(Programa *Mais Você* – Rede Globo)

De Faxineiro a Procurador da República

Uma história real de incrível superação

TÉCNICAS E ESTRATÉGIAS PARA

- **preparação para provas e concursos**
- **desenvolvimento da inteligência emocional**

3.ª edição
Revista e reformulada

SÃO PAULO

De Faxineiro a Procurador da República

Uma história real
de incrível superação

Impresso no Brasil – *Printed in Brazil*

EDITORA MÉTODO LTDA.
Uma editora integrante do GEN | Grupo Editorial Nacional
Rua Dona Brígida, 701, Vila Mariana – 04111-081 – São Paulo – SP
Tel.: (11) 5080-0770 / (21) 3543-0770 – Fax: (11) 5080-0714
metodo@grupogen.com.br | www.editorametodo.com.br

■ Capa: Rafael Molotievschi

■ CIP – Brasil. Catalogação-na-fonte.
Sindicato Nacional dos Editores de Livros, RJ.

Pastana, Manoel,

1962 - De faxineiro a Procurador da República / Manoel Pastana. – 3. ed., rev. e reform. – Rio de Janeiro : Forense; São Paulo : MÉTODO, 2011.

ISBN 978-85-309-3864-2

1. Pastana, Manoel, 1962-. 2. Procuradores da república - Brasil - Bibliografia. I. Título.

11-5864.

CDD: 923.4
CDU: 929:34(81)

1.ª e 2.ª edições publicadas pela Editora Pastana.

NOTA À TERCEIRA EDIÇÃO

A primeira e a segunda edições foram publicadas pela Editora Pastana. Devido à grande procura pelo livro, o autor confiou a publicação, a partir desta edição, à Editora Método, a fim de melhor atender aos leitores. Originariamente a obra continha:

1 – a trajetória de vida do autor, que, de família extremamente carente, chegou a Procurador da República, cargo conquistado por concurso público dificílimo. A intrigante história de superação lhe rendeu o Troféu Superação, concedido pelo Programa "Mais Você", da Ana Maria Braga (Rede Globo);

2 – estratégias de estudos e para o desenvolvimento da inteligência emocional;

3 – os bastidores da política e do poder.

A primeira edição foi publicada com 400 páginas. A segunda saiu com 607. A terceira seria maior em decorrência de mais fatos relacionados aos bastidores da política e do poder. Entretanto, para que a obra não ficasse muito grande, o autor resolveu dividi-la. Neste livro permanecem os itens 1 e 2 mencionados acima, **com acréscimos importantes em relação à edição anterior**. Outro livro a ser publicado conterá os bastidores da política e do poder.

Nota da Editora: o Acordo Ortográfico foi aplicado integralmente nesta obra.

APRESENTAÇÃO

Nasci no interior da Ilha de Marajó (Pará). Além de a minha família ser muito pobre (passei fome na infância e na adolescência), eu era burro. Burro não porque era burro, pois limitação intelectual não justifica a metáfora com o simpático animal, mas porque eu não gostava de ler e muito menos de estudar.

Reprovei na terceira série do primário, o que me fez refletir e a "ficha caiu". Percebi que não tinha talento para ser jogador de futebol, não tinha talento para ser cantor sertanejo e muito menos beleza para ser modelo; logo, se eu não estudasse, estaria f. (calma! o "f" é de ferrado, eu não uso palavrão no meu livro, apenas uma pitada de humor para tornar a leitura mais agradável). Sim, se eu não estudasse, estaria condenado a uma vida de pobreza material, intelectual e de espírito.

Quando percebi que não havia outra forma digna de mudar de vida, passei a cultivar a educação. Como se vê, os livros entraram na minha vida por necessidade; por isso, direcionei a leitura e os estudos para a prática. Tornei-me pragmático, muito observador e crítico, mas com os pés no chão.

Os estudos com estratégias abriram-me elástica visão para enxergar e conviver em um mundo altamente competitivo, no qual o mais importante não é apenas ter conhecimento, mas ostentar capacidade de aprender com rapidez, bem como colocar o conhecimento em prática com eficiência. A dinâmica do mundo atual reclama aprendizagem pragmática e célere.

Na obra, abordo a leitura e os estudos como um todo, com dicas de estudo para a conquista de empregos na iniciativa privada, imprimindo ênfase ao concurso público, por ser a forma mais competitiva de se

testar conhecimentos. Ensino estratégias que adotei para desenvolver a inteligência emocional, ferramenta indispensável para quem deseja vencer nos estudos e na luta diária, ressaltando a importância do conhecimento para o trabalho e para a vida.

Recebo inúmeros *e-mails* de leitores relatando, depois da leitura do livro, sucessos em vestibulares e concursos. A título exemplificativo, transcrevo trecho do *e-mail* de um leitor:

> *"Tenho 22 anos, sou formado em Biomedicina pela UFCSPA, mas meu grande sonho era fazer Direito. Já havia feito alguns vestibulares para Direito na UFRGS, sempre chegava perto, mas não o suficiente. Em alguns momentos, pensei em desistir. Eu não tinha como pagar uma faculdade de Direito, então, minha única opção era uma Federal. Depois que li o seu livro, apliquei a sua tática da inteligência emocional no vestibular da UFRGS. Obtive sucesso. Estou satisfeito, pois conseguirei a formação que tanto queria e já possuo conhecimento e experiência de um nível superior que me auxiliarão nessa nova etapa que se inicia. Agradeço novamente por nos transpor as táticas que utilizava para concursos e no curso de Direito. Vou aplicar todas elas desde o meu primeiro dia de aula no curso. Assim como V. Excelência, desejo vencer nos estudos."*

Vencer é a vontade de muita gente, mas poucos efetivamente se entregam com inteligência a essa busca. Este livro tem por objetivo ajudar os que estão, verdadeiramente, dispostos a vencer. Os que tiverem o "DDE" (determinação, disciplina e estratégia) certamente vencerão. Advirto que o caminho é espinhoso, e a minha ajuda consiste em ofertar formas de reduzir ao máximo os espinhos. Aos candidatos à vitória, para que não fiquem pelo meio do caminho quando os obstáculos aparecerem, pensem nas sábias palavras do grande empreendedor Henry Ford: ***"O fracasso é a oportunidade de recomeçar, com mais inteligência e redobrada vontade"***.

Enfatizo que se você está a fim de vencer e deseja uma fórmula mágica, **não perca o seu tempo lendo este livro**. Aliás, não perca o seu tempo lendo livro algum com esse objetivo, pois nenhum livro no mundo irá fornecer-lhe tal fórmula. **O que eu garanto que encontrará nesta obra é incentivo para desenvolver a leitura e os estudos, bem**

como estratégias que parecem fórmulas mágicas, mas não são. O que elas fazem é motivar, disciplinar, acelerar a aprendizagem e fomentar o emprego do conhecimento com eficiência, mesmo diante de situações adversas.

Sugiro a leitura deste livro àqueles que estão dispostos a fazer pequenos sacrifícios para dar início à prática de estudo, que, no decorrer do tempo – com o exercício diário –, será transformada em prazer (quando se vence o primeiro obstáculo – a preguiça mental –, estudar passa a ser prazeroso). Além do prazer, muitas alegrias são reservadas a quem se dedica à leitura e aos estudos com inteligência.

Boa leitura.

Manoel Pastana

PREFÁCIO

Em 2010 tive a felicidade de encontrar o livro do Pastana por acaso, navegando pela internet. Como me interesso por assuntos relacionados a concursos públicos, principalmente sobre métodos de estudo e histórias de vencedores, comprei-o e dei início à leitura assim que o recebi em casa.

A leitura agradável, direta e repleta de dicas preciosas, além da extraordinária história de superação, fez-me um fã imediato do autor, mesmo sem conhecê-lo. Contatei-o por *e-mail*, apresentei-me e fomos trocando algumas mensagens e ideias.

Convidei-o para escrever pela Editora Método – Gen, ele aceitou, atuamos juntos em algumas correções e sugestões no livro, pois fui incumbido de ser o editor e revisor, e assim nasceu esta obra, derivada de seu antigo livro de mesmo título, mas agora com enfoque especial aos aspectos ligados à prática de estudos e à preparação para provas em geral e concursos públicos.

Bem, essa foi a história de como nos conhecemos e a razão de ele ter me convidado para ser o prefaciador, mas o mais importante para você, leitor, é entender por que eu recomendo esta obra tão veementemente desde que a li pela primeira vez, mesmo antes de conhecer o autor e de ele decidir escrever pela mesma editora que eu.

A resposta é simples: porque este livro é um verdadeiro achado. É muito diferente do que estamos acostumados a ler nesta área, pois geralmente encontramos diversas dicas sobre como estudar, mas com poucas histórias de persistência contra todas as adversidades e sobre como se manter motivado a continuar nesta jornada. Saliento que não estou tirando o mérito desses demais autores, pois eu mesmo faço parte deste time, mas

sim destacando o diferencial deste trabalho, que além de proporcionar boas dicas sobre como estudar, aborda com profundidade aspectos ignorados pelos demais autores, mas que são igualmente importantes.

Os milhões de candidatos que anualmente se preparam para realizar concursos públicos sabem que a preparação mental correta e a motivação constante e duradoura são ingredientes imprescindíveis para obterem sucesso nas provas. Afinal, de que adianta o candidato estudar milhares de horas, chegar ao dia da prova "sabendo tudo", se não sabe se portar durante aquelas horas em que está sendo testado porque não cuidou do aspecto emocional? Quem não conhece aqueles concurseiros que estudam há anos, são excelentes alunos, mas nunca passam?

Pois é, este é o livro mais completo que conheço sobre como lidar com essas dificuldades e se prevenir para que elas não ocorram. Apresenta ao leitor técnicas realmente eficientes para se preparar mentalmente para as provas, além de oferecer belo exemplo de superação. A história de vida do autor nos proporciona momentos emocionantes e nos faz sentir vergonha por reclamarmos de nossas dificuldades, afinal o Pastana obteve sucesso enfrentando inúmeros problemas e em condições muito mais precárias que a maioria de nós.

Finalizando, este livro é recomendado para pessoas que procuram por métodos eficazes de preparação mental e de técnicas de estudo. Mesmo àquele que não deseja estudar para concursos, mas que aprecia uma leitura agradável, traz ensinamentos válidos para todos os aspectos da vida. É ao mesmo tempo motivador, emocionante e instrutivo.

Desejo a você uma ótima leitura e que saiba aproveitar os belos ensinamentos aqui contidos.

Alexandre Meirelles

Palestrante e autor de obra sobre concursos.

SUMÁRIO

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Este livro não é de autoajuda. É mais do que autoajuda. É um livro que tem o objetivo de instar o autoconhecimento e fomentar a autoaprendizagem. Aqui se conta uma história real de luta e superação, baseada em estratégias intelectuais, mentais e emocionais.

De faxineiro cheguei a Procurador da República. Mais do que isso. De quem pouco pensava (só o básico) a alguém que pensa e faz do cérebro um instrumento de realização. A base de tudo é a leitura. Não a leitura bitolada, cultivada pelos pseudointelectuais, mas a leitura pragmática, voltada para a realidade. Por falar nisso, ler o maior número de livros é a receita certa para o sucesso? Não é não. Tudo em excesso faz mal. Ademais, é preciso ter estratégia para tudo, inclusive para a leitura.

O psicanalista, educador e escritor (autor de mais de 80 livros, muitos relacionados à educação), Rubem Alves, na sua obra ***Entre a Ciência e a Sapiência: O Dilema da Educação***, escreveu: ***"Faz muito tempo que sei que o excesso de leitura faz mal para a inteligência, mas nunca me atrevi a dizê-lo. Tinha medo de ser condenado à fogueira. A coragem me veio quando descobri um aliado: um livrinho muito pequeno – pode ser lido em meia hora –, Sobre livros e leitura. Autor: Arthur Schopenhauer"*** (Schopenhauer foi um destacado filósofo alemão que influenciou muitos pensadores modernos).

O primeiro problema de quem lê ou estuda exageradamente é de ordem lógica: **faltará tempo para fazer outras coisas** (a vida é curta e precisa ser aproveitada em todos os aspectos). O segundo é de ordem mental, que pode ir de uma simples falta de concentração (após muitas horas de leitura ou de estudo perde-se a capacidade de

concentração e assimilação) até transtornos mentais graves (o indivíduo pode "pirar").

Além desses dois problemas que considero principais, há outros secundários, tais como a "extremada erudição", baseada no pensamento e conhecimento alheios. Na ânsia de demonstrar intelectualidade, há indivíduos que perdem a identidade e passam a ser absolutamente dependentes de pensamentos e de ideias dos outros. Tornam-se escravos de pseudosabedoria, não passando de meros repetidores (e até copiadores) do que os outros escrevem. Comportam-se como parasitas do conhecimento alheio, sem ideias próprias e juízo crítico.

O excesso de leitura, além de produzir essa espécie de parasita intelectual, que sequer tem tempo ou desejo de exercitar o raciocínio próprio (não pensa, apenas repete ideias alheias), também contribui para a formação de indivíduos que vivem no mundo da lua, viajando na maionese. Eles são extremamente teóricos, doutores do conhecimento abstrato e esquecem que a realidade reclama conhecimentos palpáveis, que possam se converter em benefício concreto.

Se, por um lado, a leitura demasiada é prejudicial, por outro, quando ela falta, é ainda pior. Infelizmente, no Brasil, há carência de leitores e isso prejudica o desenvolvimento do país. O certo é ler habitualmente, sem exagero, e fazer da leitura um exercício saudável do cérebro. Isto é, ler e raciocinar sobre o que foi lido, buscando-se a informação principal, as secundárias, as causas, as consequências, os prós, os contras, ou seja, fazer análise mental do que se trata. Formular questionamentos, buscar soluções etc. Lendo dessa forma, tira-se maior proveito, porque se fixa melhor o que foi lido, alimenta-se o espírito crítico, "turbina-se" o raciocínio. Esse é o leitor ativo. O leitor passivo é aquele que lê apenas por ler, sem entusiasmo, comporta-se quase igual a um telespectador em frente da televisão.

O leitor ativo, ainda que leia menos tempo do que o leitor passivo, tira melhor proveito. O mesmo se diga em relação aos estudos. Para conquistar o primeiro cargo, embora eu estudasse exageradamente, e só fosse exigido o primeiro grau (ensino fundamental), fui reprovado várias vezes no concurso. Depois que aprendi a estudar, passei em primeiro lugar em concursos de nível superior, embora tivesse estudado menos do que muitos dos fortíssimos concorrentes.

Transmito a minha experiência em leitura e estudo para o leitor de duas formas. Uma, ensinando as estratégias para o desenvolvimento da

inteligência emocional, cujo objetivo é fortalecer o lado emocional do leitor para que ele não se abale com os problemas da vida e nem perca o rendimento na hora que mais precisa (provas, disputas esportivas etc.), por conta do nervosismo que costuma atacar justamente os bem preparados. Além disso, ensino estratégias de estudo para acelerar e fixar o conhecimento, bem como empregá-lo com eficiência nas provas. Essas estratégias são ensinadas neste livro.

A outra forma de passar minha experiência será por meio de livros técnicos. Por exemplo, estou na fase de conclusão do livro *Direito Penal Mastigado*. É um livro comum como outros do gênero que estão no mercado, mas ele contém informações sintetizadas didaticamente que o leitor somente encontraria se estudasse em vários livros e, mesmo assim, com a ajuda de alguém com experiência na matéria para explicar. É por isso que o título possui o adjetivo "mastigado". Depois do lançamento do *Direito Penal Mastigado*, tenciono lançar o *Direito Constitucional Mastigado*, e assim por diante, abrangendo outros ramos do Direito.

Pretendo, com esse trabalho, ajudar aqueles que desejam fazer uso do diploma de bacharel em Direito. Por exemplo, existem mais de 1.000 faculdades de Direito no país, que formam milhares de bacharéis todos os semestres; no entanto, não se consegue preencher as vagas oferecidas para Procurador da República. Com um salário inicial de 23 mil reais, apesar dos milhares de candidatos e dos sucessivos concursos, poucos são os aprovados, de forma que as vagas não são preenchidas. Não é só para Procurador da República que sobram vagas, mas também para outros concursos da área jurídica, e com salários próximos a esse patamar.

A propósito, a maior parte dos bacharéis em direito (mais de 80%) que sai das faculdades não consegue inscrição na Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), condição necessária para exercer a advocacia, pois são reprovados no Exame de Ordem.

Atribui-se o pífio desempenho dos bacharéis às faculdades de Direito. De fato, a qualidade do ensino ministrado na faculdade tem importância na formação do acadêmico, todavia, o peso maior incide sobre o interesse e a aptidão do próprio estudante. Isso eu aprendi e comprovei na prática e tenciono passar essa experiência por meio dos livros técnicos da série "mastigado".

Voltando a este livro, ele é recomendado a todos os que desejam vencer nos estudos e na vida. Tanto para colocação na iniciativa privada

como no setor público. Embora a obra não seja exclusiva para concursos, dou especial atenção a essa competitiva e democrática forma de ingresso no serviço público.

Não é recomendável ler as estratégias de estudo sem antes ler os capítulos iniciais do livro. Eles contêm mensagens fundamentais para o sucesso das técnicas. **O capítulo 10 (A inteligência que faz a diferença) é indispensável para o entendimento do livro, pois ele faz o elo entre as mensagens iniciais e as técnicas ensinadas**. Tenciono cada vez mais contribuir para a formação de leitores pensantes, perspicazes, críticos e criativos, e não leitores bitolados, meros repetidores de ideias alheias.

O Brasil é um gigante que precisa levantar do berço esplêndido e aproveitar o grande potencial e reservas naturais que ostenta, sendo necessário, para isso, trabalhar e empregar o que melhor tem o ser humano: o cérebro. Para tanto, precisa-se de um modelo educacional pragmático para compensar o grande atraso decorrente do descaso com a educação que vem de muito tempo. Este livro é uma colaboração nesse sentido. Tenho plena convicção do êxito, porquanto as duas primeiras edições mostraram-me que a missão é viável e altamente gratificante. Peço aos leitores que adotem a ideia, utilizem-na e ajudem-me a disseminá-la.

Enfatizo que emprego na escrita deste livro a mesma técnica que utilizo na leitura. Eu não gosto e não posso perder tempo com leitura “florida”, cheia de rodeios para dizer pouca coisa. Quando me deparo com textos desse tipo, aplico a leitura dinâmica e fico só no essencial. Na minha escrita eu já faço isso para o leitor. Uso poucos adjetivos e muitos substantivos.

Capítulo

MINHA SINA É LUTAR

A primeira luta foi na hora do nascimento. Quase que não sobrevivo; porém, como diz o provérbio popular, "*é melhor escapar fedendo do que morrer cheiroso*", escapei fedendo, mas sobrevivi. Essa foi apenas a primeira luta, depois vieram muitas outras; a derradeira, espero que ainda demore para acontecer.

Minha mãe ensinou a mim e aos meus irmãos que teríamos de trabalhar para sobreviver. Éramos muito carentes, mas não deveríamos viver de caridade, nem de ajuda do governo, nem da de outras pessoas. Por isso, ainda pequeno, eu já vendia salgadinhos feitos por mamãe. Aprendi cedo que era melhor trabalhar do que pedir.

Nunca tive facilidade na vida. Foi muita luta para conquistar o primeiro cargo público. Como eu morava em Brasília, poderia ter optado pelo caminho mais fácil: conseguir um "pistolão". É que na época o ingresso no serviço público era feito por indicação, quase não havia concurso público. Porém, optei pelo crivo do concurso, e reprovei quatro vezes, para conseguir a primeira vitória.

Há 30 anos no serviço público, já ocupei vários cargos, todos conquistados por concurso, alguns com aprovação em primeiro lugar. No cargo que atualmente ocupo (Procurador da República), quando atuava na primeira instância (linha de frente), tive muitas lutas de combate à corrupção.

A última grande luta foi na defesa da minha reputação. Em 2003, com 22 anos de serviço público, depois de ter passado por vários órgãos públicos, inclusive sob o rigoroso regime militar, sem nunca ter respondido sequer a uma sindicância, sofri uma representação. As falaciosas acusações resultaram em sindicâncias, inquéritos, processos e ações. O

sofrimento foi muito grande, mas depois de muita batalha, enfrentando a fúria do poder, venci a tudo e a todos. Hoje não respondo a nenhum processo e minha ficha funcional continua limpa, como sempre.

Essa história era contada neste livro, todavia, como já explicado, resolvi desmembrá-la. Assim, a perseguição sofrida, como está inserida no contexto dos bastidores do poder, fará parte do outro livro.

Capítulo 2

SOCORRO: NOSSA SENHORA ME DÁ O NOME

Vim ao mundo no dia de Tiradentes, 21 de abril de 1962. Um dia após uma Sexta-Feira Santa. Minha avó materna, Angelina, extremamente religiosa, deve ter ficado satisfeita com o dia do nascimento, pois o dia santo para ela era sagrado e não tolerava qualquer tipo de barulho; logo, um choro de criança não cairia bem no dia sagrado (Sexta-Feira Santa). Fiquei para o dia seguinte, um Sábado de Aleluia. Nasci às 17h, em silêncio (talvez pensando que ainda fosse a "Sexta Santa"...).

Mamãe, Adalgisa, casou-se aos 16 anos com meu pai, que já estava na casa dos 40 (cabra de sorte...). Somente após 10 anos do enlace matrimonial, nasceu o primeiro rebento, uma menina, que desencarnou logo após o parto. No ano seguinte, foi a minha vez.

Ao nascer, não dei sinal de vida. Sem qualquer recurso médico, a parteira, minha avó, apelou para Nossa Senhora do Perpétuo Socorro e fez uma promessa: se eu sobrevivesse, levaria no nome o "Perpétuo Socorro" da Santa.

Serviu de maternidade uma modesta casa de madeira, coberta com palhas, localizada no interior da Ilha do Marajó (Pará), mais precisamente no sítio chamado Sete Ilhas; na época, município de Cametá, cidade que até hoje não conheço.

A humilde casa ficava isolada e o único meio de transporte para a residência mais próxima (uns dois quilômetros) era canoa a remo, veículo utilizado para navegar pelos pequenos rios.

Nasci praticamente morto, vovó ficou desesperada, pensando que meu destino seria o mesmo da primeira irmã. O acordo com a Santa foi acompanhado de estridentes batidas de penico próximo da minha cabeça. Isso mesmo: a "avó-parteira" acreditava que o barulho do acondicionador de urina afastaria os maus espíritos, que estariam me impedindo a respiração. Deu certo, após alguns minutos, rompi o silêncio com um baita berreiro (escapei fedendo, literalmente...).

Orgulhosa, vovó agradeceu à Santa, assegurando que a promessa de levar o "Perpétuo Socorro" no meu nome seria cumprida. Meu pai, que trabalhava viajando, somente dois meses depois retornou à casa, quando foi providenciada a certidão de nascimento.

Houve impasse para o registro. Papai achava que a inclusão do "Perpétuo Socorro" no nome ficaria muito estranho, mas vovó não abria mão e advertiu que se a promessa não fosse cumprida, a Santa poderia se aborrecer e as consequências seriam imprevisíveis.

Cauteloso, papai resolveu negociar. A devota aceitou que retirasse o "Perpétuo", mas teria de ficar o "Socorro" e, em contrapartida, eu deveria ser chamado por Socorro (para compensar a supressão do "Perpétuo").

Assim, meu nome ficou Manoel do Socorro Tavares Pastana. A promessa, naquela região da Ilha do Marajó, foi e é cumprida até hoje. Por lá sou conhecido por Socorro. Quando fui morar em Brasília, passei a ser chamado de Manoel. Ao ingressar na Aeronáutica, como soldado, meu nome de guerra era Tavares; mais tarde, como aluno da Escola de Especialistas da Aeronáutica, passei a ser chamado de Pastana. Como sargento, meu nome de guerra voltou a ser Tavares. Hoje, fora do Pará, sou conhecido por Manoel, alguns me chamam de Pastana, e outros de Manoel Pastana.

Porém, na Ilha do Marajó, não tem jeito, é Socorro mesmo, pode passar o tempo que passar; parece que o "Perpétuo" da promessa ficou implícito, assegurando perpetuamente o "Socorro" da Santa. Por que a minha queridinha vovó não fez a promessa para um santo e não para uma santa? Assim, pelo menos o nome seria masculino...

Mas tudo bem, quando chego por aquelas bandas e sou chamado de "Socooorro" (pronúncia bem aberta), apesar de detestar, lembro da infância e da minha amada vovó, que há muitos anos foi se encontrar com Nossa Senhora do Perpétuo Socorro que me deu o nome e quem sabe a vida...

OS IRMÃOS

Após o casamento, meus pais adotaram o meu irmão mais velho, Raimundo, ainda recém-nascido. Dez anos depois, nasceu a irmã sem vida, no próximo ano fui eu. Dois anos depois nasceu outra irmã, que não sobreviveu (parece que só eu tinha de escapar mesmo).

Em seguida, de dois em dois anos, minha mãe ganhava um bebê. Interessante que ela nunca fez tratamento médico para engravidar, apesar de passar 10 anos sem gerar filhos. Porém, ao começar a maternidade, sem qualquer controle de natalidade, passou a dar luz a um novo rebento de dois em dois anos (parece até que era cronometrado). Nove sobreviveram, mas eu fui o único que levei batida de penico para não "desencarnar" na hora em que nasci...

Sobre os nascimentos, vou relatar um fato curioso. No início de 1973, minha mãe ganhou gêmeos, porém ninguém sabia que a gravidez era de dois. Na época, morávamos na pequena cidade de São Sebastião da Boa Vista, conhecida como Boa Vista, porém estávamos passando férias em outra cidade, chamada Curralinho/PA, menor ainda do que Boa Vista.

Primeiramente, nasceu uma menina, pesando um quilo e seiscentos gramas (não precisou de incubadora para sobreviver, até porque ninguém sabia da existência desse recurso). A parteira desconfiou de que havia algo errado, pois, apesar de a criança ter nascido, inclusive, com a placenta, a barriga continuava volumosa, por isso aconselhou que minha mãe fosse levada, imediatamente, para São Sebastião da Boa Vista, onde havia um médico.

Após o transtorno da viagem, feita em um pequeno barco, chegamos a Boa Vista. O médico, um italiano, examinou e foi taxativo no diagnóstico: Existe outra criança viva no ventre. Disse que aplicaria uma injeção e que se o bebê não nascesse nas próximas seis horas, minha mãe deveria voltar para casa e esperar o parto em um prazo mínimo de um mês. Injetado o medicamento, a criança não nasceu nas horas de observação. O médico, seguro, ordenou que mamãe voltasse para casa.

Havia enorme preocupação com o diagnóstico do italiano, mormente porque o primeiro nascimento veio acompanhado da placenta, o que, segundo as parteiras consultadas, seria um indicativo de que o "dotor" poderia estar enganado, pois, no caso de gêmeos, normalmente, existe

apenas uma placenta; logo, seria muito estranho o outro bebê estar desacompanhado da sua porção fetal.

Meu pai pensou em levar mamãe para a capital do estado, mas a falta de recursos financeiros, aliada à fé de minha genitora, que acreditava que tudo daria certo, fez aguardar o nascimento como o "médico" (depois explico as aspas) havia previsto.

O diagnóstico estava certo. Um mês e três dias depois, nasceu o segundo bebê, um menino, pesando quatro quilos e com sua placenta. Vários anos depois, esse "médico" foi preso. A prisão não foi por decorrência de algum diagnóstico errado, mas sim, em virtude da descoberta de que seu diploma era falso.

O casal de irmãos recebeu o nome de Adiel e Aziel. Isso mesmo. Para a menina, meu pai deu o nome de Adiel e, para o menino, de Aziel. O nome masculino (para a menina) causou vários constrangimentos. Quando a menina foi morar em Brasília, em 1994, passou a ser chamada de Diely, mas a confusão com o nome de registro era inevitável.

Infelizmente, minha irmã tinha uma doença grave em uma válvula do coração, que só foi diagnosticada tardiamente. Fez uma cirurgia no ano em que chegou a Brasília, mas o cardiologista, na primeira intervenção cirúrgica, disse que só poderia dilatar a válvula, pois o coração não suportaria a pressão sanguínea, caso fosse trocada e, depois de uns dois ou três anos, após o coração adaptar-se com a nova pressão, poder-se-ia fazer o transplante.

No início de 1997, Diely começou a passar mal e a levamos a São Paulo para fazer a outra cirurgia no Instituto do Coração INCOR. Contudo, apesar de todos os esforços, infelizmente, nossa irmã não resistiu e nos deixou com 24 anos de idade. Adorava a vida, inclusive estava noiva e tencionava se casar no final daquele triste ano. O outro gêmeo tem saúde de ferro e continua morando em São Sebastião da Boa Vista/PA, onde é um próspero comerciante.

O TRABALHO NA INFÂNCIA

Meus pais se preocuparam com o nosso futuro escolar, por isso deixaram o sítio para morarmos em São Sebastião da Boa Vista, uma pequena cidade na Ilha do Marajó. A infância foi muito dura. Uns dois

anos após meu nascimento, meu pai mudou de atividade, deixou as viagens e passou a trabalhar na roça. Trabalhava o mês inteiro, e somente aos finais de cada temporada retornava ao nosso convívio familiar.

O pouco que ganhava mal dava para fazer face às despesas básicas. As necessidades do dia a dia eram suportadas pelo árduo trabalho de minha mãe, que fazia salgadinhos que o meu irmão mais velho vendia. Inicialmente, eu trabalhava em casa ajudando a fazer os salgados. Com mais ou menos sete anos de idade, passei a vendê-los nas ruas da pequena cidade.

A família aumentava e as dificuldades também. A comida era escassa e precisávamos trabalhar cada vez mais para garantir nossa sobrevivência; às vezes, o alimento faltava. Meu pai chegou a pensar em retornarmos para o sítio onde nasci, pois lá a alimentação seria garantida com a caça e pesca, além da criação de porcos, galinhas, etc.

Mas minha mãe fincou o pé e disse que não aceitaria o retorno à origem. Dizia que lá não teríamos futuro algum, pois não havia escola e não gostaria que seus filhos se criassem "burros". A ideia do meu pai não foi para frente (ainda bem) e continuamos a luta na pequena cidade, onde, ainda que precariamente, tínhamos acesso à educação.

Conciliávamos o estudo com o trabalho. Meus irmãos, à medida que adquiriam a "maioridade" suficiente para conhecer dinheiro e saber dar troco, também iam para as ruas vender os produtos fabricados pela minha mãe e os irmãos mais novos.

Certa vez, mamãe sofreu um acidente e quase perdeu uma das mãos. Estava fazendo pastéis e utilizava uma garrafa para esticar a massa (não tínhamos outro equipamento), o utensílio de vidro quebrou no momento em que ela o forçava sobre a farinha de trigo e o estilhaço fez um profundo golpe na mão direita. Mesmo com uma mão imobilizada, utilizava a outra para fritar os salgados: o trabalho não poderia parar, precisávamos sobreviver.

Procurávamos trabalho alternativo para ajudar a custear as despesas, que cada vez aumentavam com o nascimento de um novo irmão. As vendas de salgados rendiam pouco, pois, além da clientela ser pequena, nossos clientes possuíam minguados recursos e a concorrência era grande.

Para aumentar a renda, vendíamos picolé que pegávamos na única sorveteria da cidade, ganhando pequenas percentagens. Além disso, comprávamos açaí na amassadeira para revender nos barcos que eventualmente aportavam na cidade. Quando não conseguíamos vender o líquido

energético, o prejuízo era certo, pois não era aceita a devolução, mas não havia estragos: bebíamos tudo o que sobrava.

Ainda como atividade, lavávamos telha. Havia um senhor que comprava telhas usadas, mandava fazer as devidas limpezas e as revendia. Éramos contratados para essa tarefa: muito trabalho para poucos trocados.

Fazíamos outros tipos de tarefas como quebrar pedra para a prefeitura, porém, de todos os trabalhos desenvolvidos em plena infância, o mais penoso era descascar palmitos. Trabalhávamos no sol quente, manuseando enormes facões para extrair o caule da palmeira que relutava em desprender-se. O golpe do facão nem sempre acertava o alvo e, em algumas vezes, o erro no manuseio atingia partes do corpo, como mãos e braços.

Assim, com muito sacrifício, conciliando o trabalho de todos, conseguíamos sobreviver, passando enormes dificuldades.

O LAZER

Fora o trabalho, tínhamos como atividades a escola e a religião. Dois anos após meu nascimento, meus pais se tornaram evangélicos. Todas as noites e aos domingos pela manhã e à noite tínhamos de ir aos cultos. O cansaço era extremo, às vezes, não suportávamos e acabávamos dormindo em plena reunião, e logo vinha o porteiro nos acordar com "leve" puxão na orelha.

Meus pais eram aqueles crentes fervorosos aos extremos, conhecidos como "crentes-bandeira", e acreditavam que qualquer tipo de lazer, como futebol e outros jogos de criança, era pecado mortal, por isso que até hoje não sei jogar futebol, e olha que já tentei, pois gosto do esporte, mas sequer sei dominar a bola ou dar um passe. Sou o autêntico perna-de-pau.

Tentava inutilmente driblar a proibição, mas não adiantava. Como todas as pessoas se conheciam na pequena comunidade, quando éramos vistos jogando futebol, logo nos "deduravam" para a "irmã Adalgisa" (mamãe) ou o "irmão Isaias" (como papai era conhecido, apesar de o seu nome ser Benedito), e o castigo era inevitável.

Com minha mãe, quando não éramos pegos em flagrante, até que a negativa de autoria funcionava, mas com meu pai não tinha conversa:

ele aceitava a declaração de qualquer "testemunha" que dissesse ter nos visto "pecando". Por isso, quando ele estava na cidade (ele trabalhava na roça), evitávamos "pecar".

Porém, certo dia, mesmo o papai estando em casa, não resisti à tentação de participar, no colégio, de uma partida de futebol. Como eu era ruim de bola, deram-me a vaga de goleiro. Estava todo empolgado com o jogo, acreditando estar seguro, pois o muro do colégio passava dos dois metros de altura e, além disso, somente os colegas do colégio tinham acesso à quadra do jogo. Mas alguém, certamente um colega "mui amigo", tomou a iniciativa de avisar o meu pai.

Feliz com meu time que estava ganhando, gritava para meus companheiros não deixarem os adversários chutar para o meu gol (não tinha segurança debaixo da trave, nem fora...). Meus gritos foram interrompidos por um grito mais forte que vinha da direção do muro. Olhei e quase tive um troço: era meu pai que estava pendurado no alto muro. Minha felicidade transformou-se em desespero, parece que o mundo havia desabado sobre minha cabeça, minhas pernas ficaram trêmulas, permaneci por alguns minutos estático, apavorado. Pensei em fugir, mas logo concluí que seria pior, decerto, o castigo seria ainda maior.

Resolvi encarar o velho, utilizando o pífio argumento de que o jogo de bola fazia parte da disciplina de Educação Física e, se eu não participasse, seria reprovado. Imediatamente, meu pai se dirigiu ao diretor da escola que, para meu azar, encontrava-se na secretaria. Foi logo o advertindo de que se eu tivesse de "jogar bola" por exigência do colégio, que poderia me excluir, pois preferia me ver "burro", entrando no céu, do que "sabido", no inferno.

O diretor, nervoso com a situação e que ainda por cima era gago, disse-lhe: "qui qui qui seeeu fiiiilhoo nãaao precisa jogaaar booola, ele joooga se quiquiseer". Pronto! Minha estratégia de defesa foi por água abaixo, o resto não precisa contar...

Os irmãos mais novos tiveram mais sorte, pois com o tempo meus pais tornaram-se mais tolerantes, permitindo certos tipos de brincadeira, inclusive, futebol.

Capítulo 3

KARATÊ POR CORRESPONDÊNCIA

O meu irmão mais velho (adotivo), depois que completou 18 anos, praticamente não morava mais conosco. Além disso, meu pai trabalhava na roça e só passava poucos dias no final de cada mês na nossa companhia; assim, com apenas 12 anos de idade, tornei-me o "homem da casa".

Na pequena cidade em que nos criamos, as brigas entre a molecada eram frequentes. Geralmente envolviam a galera toda de uma família de muitos garotos contra outra também numerosa. Embora eu tivesse vários irmãos, eram todos pequenos, pois, quando eu tinha 12 anos, o irmão mais próximo completara oito, de forma que eu era praticamente sozinho no meio de uma gurizada que, quando se encontrava na rua, gostava de brigar.

Resolvi, então, fazer karatê por correspondência. Isso mesmo. Encontrei em uma revista velha a propaganda de um curso de karatê; na verdade, eram apostilas vendidas pelos Correios, que ensinavam a arte marcial.

Como não havia nenhuma academia na pequena cidade e eu tinha vontade de aprender a luta para me defender da molecada, fiz o pedido postal, que levou mais de três meses para chegar. Nesse período, quase morri de ansiedade. Assim que chegou, não perdi tempo e fui logo exercitando os primeiros ensinamentos da arte marcial (sou autodidata determinado).

Primeiro eu treinava escondido em casa; assim que aprendi alguns golpes, passei a treinar todos os dias pela parte da tarde, próximo aos campos de futebol, sob os olhares curiosos da garotada.

O objetivo foi alcançado, pois, na verdade, eu não queria apanhar na rua, o que era muito comum para quem não tinha um bom "exército" ao seu lado, e eu era alvo fácil, pois os meus "soldados" ainda usavam fraldas. Treinando o karatê, ao mesmo tempo em que aprendia a me defender, desestimulava eventuais agressores, que ficavam receosos do meu "poder de fogo" e, como eu não era de provocar ninguém, nunca briguei e nem apanhei.

O karatê é um esporte que, se tivesse me dedicado para competição, poderia ter sido um grande atleta (ao contrário do futebol, que me faltava talento), mas preferi me dedicar aos estudos.

A EDUCAÇÃO

Meu desempenho na escola não era dos melhores. Estudava pouco, lia menos ainda. Fiz os três períodos do jardim de infância sem repetir. Na escola primária, comecei com o mesmo ritmo trazido do jardim e acabei sendo reprovado na terceira série. Foi uma decepção grande para meus pais.

Por causa da reprovação, a palmatória foi usada pelos dois (pai e mãe), em sequência e pelo mesmo motivo (em geral, quando apanhava de um, o outro me liberava). Eles acreditavam que tinha sido reprovado por causa das "más companhias".

A reprovação me trouxe muito sofrimento. Porém, a dor física da surra, digo, das surras, foi menor do que a dor moral. Transitava na casa dos 10 anos de idade. Refleti bastante e concluí que estava errado em não me esforçar para corresponder às expectativas de meus genitores, que tencionavam para seus filhos uma vida diferente da deles e que os levou a deixar a comodidade do sítio para irem à procura de escola, e eu estava ignorando esse sacrifício que, aliás, era de todos.

Depois da reprovação, fiz uma reviravolta na vida. Dediquei-me com afinco às disciplinas da escola e lia tudo que aparecia pela minha frente. Continuava trabalhando, mas qualquer folga era preenchida com a leitura. Interessava-me muito por livros científicos, tinha acesso a poucos (pegava emprestado), mas não perdia a oportunidade de esmiuçá-los. Adorava ler livros de geografia. Para se ter uma ideia, com 12 anos de

idade "conhecia" o mundo, embora nunca tivesse ido à capital do meu estado (Belém), que só fui conhecer aos 15 anos.

Sabia o nome das capitais de todos os países do mundo, conhecia vários aspectos geográficos e políticos de qualquer país do globo, mesmo daqueles minúsculos que até hoje nunca se ouviu falar na imprensa. Tinha conhecimento sobre a densidade demográfica, principais cidades, PIB e até o efetivo militar. Era muito curioso. Lia tudo, jornais velhos que chegavam como papel de embrulho (eram os únicos que tinha acesso), revistas velhas, manual de eletrodoméstico e até bula de remédio.

Tornei-me um autodidata. Dediquei-me ao estudo da Física e Química por conta própria, pois essas matérias, naquela época, não eram lecionadas no colégio onde estudava.

Nunca mais fui reprovado. Terminei o primeiro grau no Ginásio Estadual João XXIII. Na época, o jardim de infância durava três anos (primeiro ao terceiro período), cinco anos no primário (primeira à quinta série) e mais três anos no ginásio (primeira à terceira série), era o Ensino Fundamental (primeiro grau). Aos 17 anos, concluí o primeiro grau, hoje ensino fundamental.

Como na pequena Boa Vista, naquela época não havia segundo grau (ensino médio), precisei sair da cidade para continuar os estudos. Meu irmão mais velho havia zarpado para Brasília, cerca de cinco anos antes. Todavia, ele abandonou os estudos, nem terminou o primeiro grau. Em Brasília, ele trabalhou como padeiro, profissão que levou até o fim da vida (desde cedo ele demonstrou aversão pelos estudos).

Capítulo 4

O SONHO DE BRASÍLIA

No início de 1980 cheguei a Brasília, fui morar com uma prima que, na época, pouco a conhecia, pois ela saíra de São Sebastião da Boa Vista quando eu ainda era muito pequeno e apenas a vi em um passeio que há anos fizera naquela cidadezinha. Seu marido, descendente de turco, tinha a cara fechada, pareceu-me muito estranho (depois vi que era apenas impressão, o cidadão era gente boa).

A casa era pequena e fui me acomodando com muito constrangimento. Acreditava que ficaria por pouco tempo, pois estudava por correspondência para fazer o concurso de admissão à Escola de Especialistas da Aeronáutica, que seria realizado em maio daquele ano e, em julho, acreditava, estaria partindo para Guaratinguetá – SP, sede da referida escola militar.

Matriculei-me no colégio público para fazer o primeiro ano do segundo grau. Achei as disciplinas uma "barbada", tirava excelentes notas, apesar de estudar pouco para o ensino formal, pois direcionava o estudo para o concurso da escola militar. Ao mesmo tempo procurava emprego, mas sem sucesso, pois próximo de completar 18 anos, o alistamento do serviço militar afastava qualquer proposta de ocupação remunerada.

Concentrei minhas esperanças no concurso que iria fazer que, na época, exigia apenas o primeiro grau. Confiava que passaria, porquanto estudava com afinco todas as matérias do concurso (Português, Matemática, Física e Química) e acreditava dominá-las com desenvoltura.

No dia da prova, fui confiante, sabendo tudo o que foi ensinado nas numerosas apostilas do curso por correspondência. Ao abrir o caderno de provas, veio a decepção: as questões eram totalmente desconhecidas. Nada do que estudara por correspondência e do conhecimento que havia

adquirido no ensino normal foi cobrado. Os assuntos eram absolutamente estranhos.

Antecipadamente, conscientizei-me da reprovação. Na publicação do resultado, como já era previsível, meu nome não saiu na relação dos poucos aprovados que fizeram prova em Brasília, embora muitos fossem os candidatos. O concurso era em nível nacional; dos candidatos de Brasília, raros obtiveram êxito. O maior índice de aprovação era de São Paulo e Rio, onde havia excelentes cursinhos preparatórios. Na época, não havia cursinho em Brasília e, ainda que houvesse, não seria de valia para mim, pois não tinha condições financeiras para frequentá-lo.

Senti uma forte dor no peito por ver meu sonho começar a se distanciar. A aflição era maior porque os assuntos cobrados nas provas eram estranhos para mim, o que me deixava mais preocupado, pois não sabia como fazer para encontrar material apropriado para o estudo.

Na casa de minha prima, por dever moral, cuidava dos afazeres domésticos. Ela não tinha recursos para pagar empregada e, como eu me sentia incomodado por acrescentar despesas ao seu reduzido orçamento familiar, ajudava-a varrendo a casa, cuidando do quintal, lavando banheiro, panelas, pratos e até cozinhando, entre outros trabalhos domésticos.

Praticamente toda semana, após o cumprimento dos deveres domésticos, saía à procura de empregos. Conseguia alguns "bicos", como vendedor de livros e outras atividades de mesmo gênero que pouco rendiam, não cobrindo sequer o pagamento da passagem de ônibus.

O tempo foi passando e a preocupação aumentando. Estudava muito, inclusive, nem na hora dos afazeres domésticos largava o livro, alternava leitura e trabalho doméstico (uma mão na vassoura e outra no livro). Em novembro do primeiro ano em Brasília (1980), fiz novamente o concurso da escola da Aeronáutica (eram dois concursos por ano) e nova decepção. Não sabia mais o que estudar, pois o assunto cobrado no concurso era totalmente diferente de tudo o que conhecia.

Naquela época, não existiam concursos públicos como atualmente. Os poucos existentes geralmente eram para escolas militares. O ingresso no serviço público dependia, quase sempre, de QI (quem indicasse). Como eu não tinha QI, a coisa ficou feia para mim.

Terminou o ano de 1980, concluí com sucesso o primeiro ano do Segundo Grau. Mas isso pouco me alegrou, pois o que mais sonhava

era passar no concurso que almejava e via cada vez mais distante essa possibilidade.

No ano seguinte, fiz o concurso de maio para a Escola Militar e mais uma reprovação, a terceira seguida. Entrei em parafuso, pensei em desistir de tudo e voltar para o Pará, mas sabia que a situação por lá estava muito ruim, ademais, a minha volta seria o fim de meu sonho.

Após cada crise de desespero, sucedia leve esperança de que algo poderia melhorar. Concentrei a esperança em ser aceito no recrutamento para soldado da Aeronáutica. Havia me alistado no ano anterior, mas adiaram minha apresentação para julho de 1981. Sabia que tinha pouca chance de ser recrutado, pois apresentava deficiência dentária e não tinha condições financeiras para pagar o tratamento corretivo.

Capítulo 5

A VIDA COMO FAXINEIRO SEM-TETO

Naquele ano, minha prima que me dava abrigo ficou grávida e seu humor tornou-se insuportável. Diante disso, tomei a decisão de procurar o meu rumo longe de sua residência. Peguei minha surrada mala, juntei as poucas peças de roupas velhas que ainda restavam e um cobertor cheio de orifícios. Antes, passei pelo colégio e tranquei a matrícula, sob o protesto da diretora que me considerava um aluno dedicado.

Liguei para meu irmão padeiro, pedindo que implorasse ao dono da padaria para me arrumar algum emprego, de qualquer coisa, pois estava desesperado. Consternado com minha situação, o proprietário disse-me que não havia vagas, mas poderia me acomodar como faxineiro. Aceitei imediatamente.

Trabalhava em dois turnos: manhã e tarde. Aproveitando a boa vontade do patrão, pedi para ele deixar eu me "hospedar" no depósito da padaria, alegando que o custo do transporte para a casa de meu irmão era alto (na verdade, sequer havia espaço para mim no único cômodo do barraco em que meu irmão morava) e, graças a Deus, o compreensivo senhor permitiu minha estada no depósito de sua panificadora.

Passei a dormir sobre caixa de papelão, cobrindo-me com o poroso lençol, passando frio (em Brasília faz frio no inverno). Pela manhã, ainda cedo, já estava a postos, fazendo a limpeza de toda a panificadora. Em poucos dias, deixei os pisos, que costumavam juntar grossa camada de farinha de trigo e sujeira, brilhando. Quando terminava o serviço da limpeza ajudava no balcão, inclusive levava as compras até os carros dos clientes e ganhava algumas moedas de gorjetas.

Para administrar o parco salário, fazia apenas uma refeição quente a cada dois dias (perdi, sem querer, vários quilos de massa muscular). Comprava as refeições nos canteiros de obras da Asa Norte, que eram vários, devido às construções (a panificadora ficava na 302 Norte). A alimentação servida naquelas condições, apesar de duvidosa qualidade e higiene, era mais em conta e em maior quantidade.

Aos finais de semana, lavava a roupa e aguardava secar para poder vestir. Os transtornos eram muitos, mas a vontade de vencer os superava, mesmo após vários insucessos.

A APRESENTAÇÃO NO QUARTEL DA AERONÁUTICA

Como não conseguia passar no concurso para ingressar na Escola Militar, esperava ser aceito como soldado recruta, pois estava com a idade do serviço militar obrigatório; por isso estava ansioso com a seleção do recrutamento, a ser realizada em julho de 1981.

Quando chegou o dia de me apresentar, antes de me dirigir ao quartel, o dono da panificadora me chamou, dizendo que havia gostado da minha dedicação ao serviço e pretendia me efetivar como balconista. Agradeci a proposta e lhe disse que tentaria a dispensa do serviço militar (na verdade, eu estava ansioso era para ser aceito no recrutamento).

Apresentaram-se mais de dois mil conscritos. Havia vagas para cerca de 400, se não me falha a memória. Um sargento dirigiu-se a nós, ordenando que os interessados em servir se manifestassem, formando um grupo à parte. Cerca de uns mil passaram para o grupo dos voluntários. O graduado fez uma advertência, dizendo que o serviço militar não era para "mariquinhas" e que se alguém estava pensando que ali iriam encontrar moleza que se retirasse do grupo de voluntários. Ninguém desistiu.

O sargentão entrou no meio dos voluntários e foi escolhendo "democraticamente" quem ele achava que tinha perfil para servir. Graças a Deus fui escolhido. Ingenuamente, revelei que tinha deficiência dentária e não sabia se poderia servir, embora fosse esse o meu desejo. "Educadamente", ele me advertiu que, se eu não ficasse calado, quebraria o restante dos meus dentes (não entendi o fato de ele estar me dando oportunidade, pois sequer me conhecia).

Escolhidos, dentre os voluntários, os que deveriam servir, fomos levados para o quartel da Polícia da Aeronáutica (PA). Feliz com a possibilidade de ingressar na carreira, ainda que como soldado recruta, fiquei aguardando, junto com os demais, a hora de cortar o cabelo. De repente veio uma ordem do comando, dizendo que deveriam ser dispensados cerca de 40 do grupo, pois houvera equívoco em relação ao número informado inicialmente.

Preocupado, imaginei que seria dispensado. A escolha, desta vez, ficou por conta do comandante da companhia, um oficial bastante educado. A princípio, ele tentou persuadir a dispensa, dirigindo-se a todos, informando da dureza da vida no quartel. Como ninguém desistiu, pacientemente, ele chamou à sua sala, um a um, para ouvir o motivo de cada pretendente e, certamente, para analisar o perfil. Os que ele achava que deveriam ficar, mandava diretamente para o barbeiro para "retocar" a cabeleira e facilitar o penteado.

Quando fui chamado, disse a ele o meu desejo de ingressar na Aeronáutica e as dificuldades que vinha enfrentando na vida. Após me ouvir, mandou-me para o barbeiro.

Depois do trabalho da máquina zero, fomos liberados para buscar nossos pertences e voltar no outro dia para começar a quarentena. Fui até a padaria agradecer o patrão pelo emprego e para lhe dizer que "não fora possível a dispensa", ele riu, dizendo que sabia que eu queria servir e que isso seria melhor para mim.

Capítulo 6

A VIDA NO QUARTEL

Fui lotado na PA (Polícia da Aeronáutica). No primeiro dia senti profunda satisfação em dormir bem alimentado e em uma cama quente, coisa que há algum tempo não experimentava. Por falar em alimentação, muitos reclamavam da má qualidade, eu achava uma delícia (bem melhor do que vinha comendo nos canteiros de obra), em pouco tempo fiquei em forma, pois malhava muito e me alimentava bem.

Na tropa, conheci um sargento formado na Escola de Especialista, em cujos concursos eu vinha sendo reprovado. Ele me deu várias dicas de como estudar e onde encontrar as matérias cobradas na provas de admissão.

Havia ingressado como recruta em julho de 1981, e o próximo concurso seria em novembro daquele mesmo ano. Para não sofrer nova decepção, até porque deveria enfrentar a quarentena no quartel, impossibilitando-me de sair para procurar os livros indicados pelo referido sargento, decidi que esperaria pelo concurso de maio do próximo ano (1982).

Terminada a quarentena, éramos liberados após o expediente, mas eu permanecia no quartel, lá fazendo minha residência. Matriculei-me em um supletivo público para continuar o Segundo Grau. O colégio, Centro de Ensino Supletivo da Asa Sul CESAS, fica na 602 Sul, em Brasília. Não havia aula normal dentro da sala de aula, os professores tinham apenas a incumbência de tirar dúvidas, e, caso não as houvesse, o aluno compareceria ao colégio apenas para fazer as provas. À medida que fosse logrando êxito nos exames, os módulos eram eliminados até concluir a disciplina. A marcação de provas ficava por conta do aluno, dentro dos dias previstos para a matéria escolhida.

Comparecia ao colégio apenas para comprar as apostilas e fazer as provas. Comprei uma bicicleta para me deslocar do quartel que ficava cerca de 20 km até o colégio. Não foram poucas as vezes em que tive a chuva como companhia.

Durante o dia, ocupava-me com as intensas atividades que envolviam exercícios físicos, treinamento militar e faxina. À noite, enquanto meus colegas se divertiam no cassino do pelotão, assistindo à televisão e outras diversões, dedicava-me a estudar as matérias do supletivo e as da preparação para o concurso.

Quando tocava o silêncio, às 22h, ia para o banheiro estudar à luz de velas, pois as lâmpadas não poderiam ficar acesas, após o toque de recolher. Assim era minha rotina. Raramente saía aos finais de semana, por isso sofria gozação dos colegas que achavam que eu ficaria doido de tanto estudar. Eu não ligava para o que me falavam, estava convicto de meus propósitos.

Capítulo 7

AS DECEPÇÕES E O SUCESSO NO PRIMEIRO CONCURSO

Em maio de 1982, lá estava eu engajado em mais um concurso para a Escola Militar que tanto insistia ingressar. Naquela época, as vagas eram disputadas em igualdade de condições, tanto para militares quanto para civis. Havia me preparado, observando as sugestões bibliográficas que o sargento me indicara. Fiz a prova e saí confiante na aprovação, porém, cauteloso, não quis tecer comentários sobre a possibilidade de sucesso.

Quando saiu a relação de aprovados, o meu nome estava no meio. Fiquei imensamente feliz e, até hoje, após ter passado em vários concursos, não experimentei tanta felicidade. As seguidas decepções parecem ter construído em mim um desejo imensurável de vencer, e a aparente superação me proporcionou um sentimento indescritível de alegria e paz interior.

Os colegas recrutas me cumprimentavam como se eu tivesse ganhado um grande prêmio na loteria. Também, naquela época, passar naquele concurso era grande vitória, pois, até então, não havia notícias de que algum soldado recruta tivesse realizado tal façanha.

Mas o pior estava por acontecer. A segunda fase era a avaliação médica. Como eu já era militar, acreditava que passaria no exame, pois o problema dentário poderia ser sanado na própria escola militar com uma prótese.

Fui submetido a uma bateria de exames médicos. Todos feitos em um mesmo dia. Na medida em que ia fazendo os exames, recebia o atestado de apto. Quando fui fazer o teste com o otorrinolaringologista,

o sargento que me acompanhava mandou que eu entrasse na sala do médico, antes que este houvesse chamado. Levei uma tremenda bronca por ter entrado sem autorização do médico militar e não adiantou tentar justificar. O autoritário otorrino abriu minha boca com força e examinou minha garganta, não encontrou nada de anormal; em seguida, tacou um instrumento no meu nariz, arregaçando as narinas e o diagnóstico foi seco: está reprovado.

Disse-me que eu tinha um pólipo nasal que me tornava incapaz para atividades físicas. De fato, eu sentia dificuldade para respirar pelo nariz, mas compensava aspirando o ar pela boca (nem eu mesmo sabia que possuía aquela deformidade). Argumentei com o prepotente médico que eu praticava esportes sem quaisquer problemas, inclusive, participava de corrida de longa distância. Mas de nada adiantou, nem mesmo minhas súplicas o comoveram. Ele sacramentou um INAPTO bem grande na minha ficha. Era o fim de meu sonho.

Por último, já reprovado, fui cumprir tabela na sala do dentista. Ele detectou as carências de dentes e também escreveu o inapto na minha ficha de avaliação. Pronto, meu destino ao insucesso estava selado. Para mim era o fim. Retornei ao batalhão arrasado.

A notícia de minha desgraça logo se espalhou (notícia ruim é assim mesmo). Aqueles que antes me elogiavam, vinham agora parecendo querer me torturar. Todos já sabiam da reprovação, mas não cansavam de me perguntar. Alguns me aconselhavam a desistir, dizendo que eu era como eles, "havia nascido para carregar pedra", e, por isso, teria de me conformar.

A dor da decepção foi imensa. Passei dias sem me alimentar direito e dormindo mal. Acho que em tudo o que uma pessoa desesperada pode pensar eu pensei. Para me confortar tinha um amigo, o soldado Beltrão, que não cansava de me consolar.

Aquele sargento, que mesmo sem me conhecer me escolheu para servir (lembram?), vendo meu profundo sofrimento, conseguiu uma transferência (temporária) para eu trabalhar na sede do comando. Minha atividade era abrir a porta para o comandante do VI COMAR (Sexto Comando Aéreo Regional) e hastear a sua bandeira de comandante quando ele estava presente na sede. Era um trabalho bem ameno em relação ao desenvolvido no quartel da Polícia da Aeronáutica onde eu servia.

O tempo foi passando, o desespero diminuiu um pouco e comecei a raciocinar. Em julho de 1982 terminaria o meu tempo e deveria deixar o serviço militar. Resolvi, então, me inscrever no curso de formação de soldado de primeira classe para permanecer no quartel.

Depois, marquei uma consulta com o "carrasco" otorrino para saber se ele me habilitaria no exame médico caso eu fizesse uma cirurgia para retirar o pólipo nasal. De forma arrogante, disse-me que dependeria do resultado da operação, mas duvidava de que eu lograsse aprovação novamente no concurso.

Fui ao Hospital das Forças Armadas – HFA e o pólipo foi extraído mediante uma simples cirurgia (fiquei internado por poucos dias, para observação). Retornei ao meu "açougueiro" para que ele conferisse o resultado da cirurgia. Meio sem querer, disse que talvez me aprovasse, mas não acreditava que eu lograria sucesso no concurso (o sujeito parecia ter raiva de mim...).

Aparentemente resolvido o primeiro problema, não sabia como solucionar o segundo, pois não possuía recursos para fazer a prótese dentária. É que, naquela época, soldado não tinha direito a esse tipo de serviço nos consultórios militares. Foi aí que tive a ideia de falar com o subcomandante, pessoa muito atenciosa e simpática, para expor o meu problema e suplicar que ele abrisse uma exceção para mim. Acho que a história de meu infortúnio (resumi a ele) o comoveu.

O coronel pediu à sua secretária que ligasse para o serviço médico, chamando o chefe do consultório dentário. Percebi que houve certa objeção, quando ele disse ao dentista que um soldado precisaria fazer um tratamento dentário, envolvendo uma colocação de prótese.

A resistência por parte do interlocutor era perceptível no gesto do subcomandante. Fiquei triste, pensando que havia sido em vão minha tentativa. De repente, o educado militar mudou de tom e fez o seu subordinado (o chefe do serviço dentário) convencer-se da necessidade de abrir uma exceção para o meu caso. Aplaudi, silenciosamente, a firme atitude do oficial superior.

O coronel disse-me que deveria comparecer no outro dia ao consultório dentário e, após o tratamento, voltar para informá-lo. Saí da sua sala sorrindo para as paredes (fazia algum tempo que não tinha momento de alegria).

No dia seguinte, compareci ao consultório e lá estava o capitão me esperando com bastante presteza. Providenciou o necessário e, em alguns dias, eu estava com mais dentes na boca. Fui agradecer ao coronel pelo seu ato, ele me desejou boa sorte no concurso que seria realizado dentro de dois meses.

Com os dois problemas médicos resolvidos, retornei com todo gás aos livros, suspendi o curso supletivo e direcionei o estudo para o concurso. Estudava tanto que chegava a sonhar fazendo a prova.

Alguns colegas "laranjeiras" (gíria relativa a soldado que mora no quartel), que à noite ficavam assistindo a novelas ou jogando dominó, diziam que eu não queria "cair na real", nem os seguidos fracassos faziam me conformar de que o meu objetivo era impossível.

Profetizavam que, mesmo que passasse novamente e lograsse êxito no exame médico, iriam arrumar outro jeito para me reprovar, pois a Escola Militar não costumava receber aluno que tinha sido soldado recruta. Falavam que eu deveria me divertir como eles e tentar a vida de outra forma menos complicada. Agradecia a preocupação que tinham com meu lazer, mas continuava agarrado aos livros.

No dia da prova, conheci um candidato que estava se preparando para o ITA, Instituto Tecnológico da Aeronáutica, concurso dificílimo. Disse-me que estudava cerca de 10 horas por dia e que faria a prova da Escola de Especialistas apenas para ganhar experiência em concurso da área militar, pois o seu objetivo era o ITA.

Terminado o primeiro dia de prova, fomos conferir as questões. O gabarito do meu novo amigo estava totalmente diferente do meu. Ele tinha convicção de que havia acertado praticamente toda a prova e tentava me convencer de que estava certo. Não quis discutir, mas eu acreditava na minha aprovação. Nos três dias de exame aconteceu a mesma discrepância entre nossas respostas.

Alguns dias depois saiu o resultado e o meu nome estava lá, o dele não. Fiquei alegre, mas como gato escaldado de água fria tem medo, não quis me empolgar muito como da primeira vez, e resolvi aguardar as demais fases para só então comemorar.

A próxima fase era a bateria de exames médicos. Fui recebendo o "apto" do cardiologista, oftalmologista, urologista até chegar ao meu "reprovador", o otorrino. Esperei que ele me chamasse (não iria repe-

tir o erro anterior). Entrei, ele me olhou firme, examinou-me e disse: você é insistente soldado, não desiste mesmo, e sacramentou o "apto" na minha ficha. Em seguida, fui à sala do dentista e também recebi o "apto". Havia sido aprovado nos exames médicos.

Fiquei aguardando a lista oficial dos aprovados e a convocação para a outra fase, que seriam os testes físicos.

Capítulo 8

OS TESTES FÍSICOS E PSICOTÉCNICOS

No dia do teste, estava apreensivo e, ao mesmo tempo confiante na minha performance física (malhava muito), que não me preocupei em saber o número de repetição dos exercícios necessários para alcançar a pontuação máxima.

Fiz os testes até o limite de minha resistência. Na penúltima modalidade, o "canguru", quando já havia feito 130 repetições, só então o avaliador me advertiu de que já havia ultrapassado em muito o número que me garantia os 100 pontos, pois bastavam 70 repetições (se não me falha a memória). Foi aí que fui ver que havia conseguido 100 pontos em todas as modalidades de exercícios já feitas e, inclusive, a exemplo do canguru, havia ultrapassado, em muito, o limite necessário para a pontuação máxima.

Na programação para aquele dia, só faltava a barra e fui informado, com antecedência, o número necessário para a aprovação e me mantive dentro do limite. No outro dia seria o teste de corrida.

O excesso dos limites necessários para os exercícios causou-me esgotamento físico, provocando dores em todo o corpo. À noite, fui acometido por um intenso tremor no corpo e febre muito alta. Por mais que me embrulhasse com o grosso cobertor, não conseguia parar de tremer, sofria muitas dores e um frio insuportável.

O meu colega de beliche foi chamar o cabo responsável pelo plantão. Este disse que me levaria ao médico. Recusei, pois temia ser internado e perder o teste da corrida no dia seguinte. Mas estava muito mal e ele disse que eu deveria ir de qualquer jeito, pois não iria correr o risco de me ver morrer e depois ser responsabilizado por omissão.

Fui levado ao hospital. O médico de plantão diagnosticou esgotamento físico profundo (acho que foi isso que ele falou), disse que deveria ficar internado. Expliquei que no outro dia, às 9 horas, teria o teste físico e eu não poderia deixar de fazer, porquanto seria reprovado e preferia morrer a perder a oportunidade. Ele disse que entendia minha situação, mas eu precisava ficar em observação após a medicação e, se tudo corresse bem, seria liberado de manhã cedo.

Após tomar uma injeção e alguns comprimidos, caí em sono profundo. Acordei assustado, no outro dia, pensando ter perdido a hora. Olhei no relógio, ufa!, ainda não eram 7 horas. Vi que não estava mais com febre e o tremor passara, contudo, o corpo estava todo dolorido, levantei da cama igual a um robô.

Fui, aflito, à procura do médico para assinar minha alta e voltar logo para o quartel (ficava cerca de cinco quilômetros do hospital), a fim de esperar a hora do teste de corrida. Os minutos de procura pareciam uma eternidade (estava pensando em fugir do hospital), até que me informaram de que ele fora ao banheiro. Após conferir a informação, fiquei esperando junto à porta, torcendo para não demorar.

Ao sair, ordenou-me voltar para a enfermaria para me examinar. Disse-lhe que eu estava muito bem e queria que me liberasse logo, pois temia perder o teste. Ainda bem que concordou e me liberou. Voltei imediatamente para o quartel onde o teste da corrida seria realizado.

O teste consistia em correr 2.400 metros, no máximo, em 12 minutos. Eu estava todo duro, tinha dificuldade até para movimentar as pernas (doía tudo). Antes da largada, o examinador ordenou que deveríamos fazer aquecimento preliminar. Mal conseguia me movimentar, por isso lhe garanti que já estava "aquecido". Ele não concordou, dizendo que minha participação no aquecimento era necessária. Com muito sacrifício, pulando com as pernas e braços duros, tentei acompanhar os movimentos dos demais.

Em seguida, posicionamo-nos na linha de largada. Éramos sete os remanescentes da "maratona". Naquele momento, lembrei da passagem bíblica, quando Sansão, cego e enfraquecido, pediu a Deus que lhe concedesse a última força para derrubar o templo. Assim, eu fiz, pedi que o Todo-Poderoso me permitisse resistir às dores que estava sofrendo por todo corpo e fazer o percurso dentro do tempo previsto, pois eu não aceitava a reprovação.

Na hora em que foi dado o sinal de largada, disparei como se fosse uma corrida de 100 metros. Esqueci as dores e só pensava em chegar ao final. Conhecia bem o percurso, mas estava tão alucinado pelo desejo de passar no teste que mal enxergava os marcos indicativos da pista. Os demais candidatos ficaram para trás. Após vencer a metade do percurso, as pernas pareciam não querer mais obedecer ao comando do cérebro. Meu ritmo começou a cair vertiginosamente. Olhei para trás e vi os demais concorrentes se aproximando rapidamente.

Naquele momento, comecei a me desesperar. Imaginei chegar ao final ainda que fosse me arrastando, mas logo concluí que o sacrifício seria inútil, porquanto, certamente, ultrapassaria o tempo máximo de 12 minutos. Olhei para o lado e vi meu amigo Beltrão (que também estudava e praticava corrida junto comigo) gritando: NÃO PARA, NÃO PARA QUE VOCÊ CONSEGUE, ao mesmo tempo, ele me acompanhava, correndo, do lado de fora da pista. Aquele gesto me deu mais ânimo. Não sei de onde tirei tanta força e disparei novamente, parecia não estar pisando no solo e só fui perceber que havia passado alguns metros da linha de chegada quando o amigo Beltrão gritou: VOCÊ CONSEGUIU. Naquele instante me joguei fora da pista sobre a grama, chorando de alegria e dor (ou de dor e alegria). A cãibra atacou fortemente minhas pernas.

Após alguns minutos, com a ajuda do amigo, consegui ficar de pé e fui conferir o tempo: oito minutos e sete segundos. Estavam garantidos os 100 pontos do teste e o melhor tempo entre os candidatos.

Era mais uma barreira vencida. Havia obtido aprovação nos três dias de provas escritas, na bateria de exames médicos e no testes físicos. Diante disso, o leitor deve estar pensando que havia, finalmente, conseguido a aprovação no concurso que perseguia há muito tempo.

Ocorre que o concurso parecia prova para astronauta, pois faltava mais uma fase, que era a dos exames psicotécnicos. Eram três testes: raciocínio lógico, raciocínio mecânico e espacial.

O examinador primeiro distribuía a prova de cada teste, o candidato respondia e, em seguida, era entregue a folha de resposta correspondente à prova realizada. Após o preenchimento, a folha de resposta era recolhida. No preenchimento da última folha, observei que havia discrepância entre o número de questões da prova e as alternativas da folha de resposta.

Chamei o examinador e constatamos que houve equívoco por parte dele que, na segunda prova, entregou-me a folha de resposta da terceira;

como a identificação era feita apenas pela numeração não detectei o erro (que falta de sorte!).

Ele escreveu nas folhas de respostas trocadas, as provas respectivas, e disse que não haveria problemas, pois na correção isso seria observado. Esse incidente me tirou as esperanças, pensei: não tem jeito, as coisas para mim sempre dão erradas. Não acreditava que quem fosse corrigir as provas (que não era o mesmo examinador) observaria que as minhas folhas de respostas estavam trocadas.

Voltei para o quartel desanimado. Os colegas me perguntavam como tinha sido o teste e eu respondia: péssimo.

Capítulo

O RESULTADO FINAL

Depois de descansar por algum tempo abrindo a porta para o Comandante (serviço "maneiro"), mandaram-me de volta para o Batalhão de Polícia da Aeronáutica e fui colocado novamente na escala de serviço comum.

Alguns dias depois do teste psicotécnico, eu estava tirando serviço de sentinela na entrada do Batalhão de Polícia. Um soldado que vinha chegando ao quartel e havia passado pela sede do Comando que ficava cerca de três quilômetros de distância, disse-me: Você passou no concurso. Perguntei: Passei como, se o resultado só sai na semana que vem? Ele disse: o resultado já saiu, está pregado no quadro de avisos do VI COMAR e seu nome está lá. Pensei que fosse brincadeira, mas, diante de sua firmeza, acreditei e pedi que ele ficasse no meu lugar para eu ir conferir.

Passei-lhe o capacete e o fuzil de sentinela e corri para a companhia, peguei minha bicicleta e, em alguns minutos, percorri a distância que separava o quartel da sede do VI COMAR. Larguei a bicicleta ainda na entrada e, de olhos arregalados, procurei a relação. Eram muitos avisos que existiam no quadro e, devido ao nervosismo, demorei para localizá-lo. Quando vi a relação, os meus olhos foram direto no meu nome. Que felicidade! Finalmente lograra a aprovação final.

Voltei para o quartel radiante de alegria, cumprimentando todo mundo que encontrava pelo meio do caminho (aproveitava para dar a notícia). Ao agradecer o colega pela substituição temporária na sentinela, ele, com fisionomia preocupada, disse-me: "O negócio tá pegando para você". Levei um susto e perguntei o que havia acontecido. Disse-me que o sargento do dia estava uma "fera" comigo, pelo fato de eu ter "abandonado" o posto e que era para eu falar com ele.

Preocupado, fui até o “homem”. Ele foi logo me perguntando se eu havia enlouquecido para abandonar o meu posto. Argumentei que não abandonara, pois deixei o colega no meu lugar. Não se convenceu e disse que iria me punir. Implorei que não o fizesse, pois a punição inviabilizaria minha viagem para a Escola Militar que acabara de conquistar com muito sacrifício. Após muitas súplicas, ele me liberou e mandou voltar ao posto com a promessa de nunca mais agir daquela forma (a alegria voltou ao meu semblante).

A partir dali só pensava no dia da viagem. Após alguns dias, chegou a notícia de que não haveria avião para levar os aprovados para a Escola. Nas vezes anteriores havia transporte aéreo em avião da Força Aérea (essas coisas parecem que só aconteciam comigo e com um conhecido time de futebol).

Já estava com a mala arrumada e passagem de ônibus comprada quando chegou um rádio (mensagem), informando que a FAB (Força Aérea Brasileira) forneceria transporte aéreo para levar os aprovados até a Escola de Especialistas da Aeronáutica, que fica em Guaratinguetá/SP.

No dia marcado para o embarque (estava previsto para as nove horas da manhã) pernoitei no quartel. Como de costume, acordei cedo para pegar ônibus até o aeroporto que ficava a cerca de 15 quilômetros, mas teria de caminhar uns quatro quilômetros até a parada.

Por volta das 6h30, já estava me despedindo para ir à parada de ônibus, quando o sargento de dia (não era o que queria me punir) disse para eu aguardar um pouco que o motorista estava voltando de uma missão e que mandaria me deixar no aeroporto. Fiquei aguardando e nada de o motorista chegar, comecei a ficar impaciente e preocupado até que, por volta das 8h, a viatura chegou.

Partimos, cortando caminho pelo interior da Base Aérea, que era mais perto. Quando estávamos no meio do percurso, o Jipe deu pane (que azar!). Vendo que o veículo não funcionaria, peguei minha mala e parti em disparada carreira, com receio de perder o voo. Após percorrer uns dois quilômetros, um veículo parou para me dar carona.

Fiquei reticente em aceitá-la, pois era proibido pedir carona no interior da Base. Mas diante da situação e considerando que eu não havia pedido carona, porquanto foi ofertada, resolvi aceitá-la, até porque corria o risco de não chegar a tempo para o embarque. A preocupação de perder a viagem produziu suor intenso e o inevitável pensamento de “ter

nadado tanto e morrido na praia". Todavia, felizmente, cheguei a tempo de embarcar, isso porque o voo atrasou alguns minutos (ainda bem).

Quando coloquei os pés na porta de entrada da Escola Militar, senti a realização de um sonho. Após muitos concursos fracassados, naquele instante saboreei o gosto da vitória. A parte mais difícil do meu objetivo em tornar-me um sargento especialista da Aeronáutica havia sido alcançada. Mas tinha consciência de que ainda faltava percorrer longo caminho, pois o curso tinha a duração de dois anos em regime de internato e eu sabia que não seria fácil, e não foi.

Capítulo

A INTELIGÊNCIA QUE FAZ A DIFERENÇA

O que falarei daqui para frente, para o leitor mais crítico, poderá parecer "viagem na maionese", mas não é. Assinalo que eu também sou muito crítico e pragmático, logo não iria "viajar na maionese". As estratégias que serão ensinadas funcionam de verdade. Funcionaram comigo e com muita gente, logo funcionará com qualquer um, basta apreendê-las e vivenciá-las.

Peço ao leitor que preste muita atenção em tudo o que será dito, mesmo quem já leu o livro, pois acrescentei detalhes importantes. E mais. O livro em si precisa ser lido várias vezes para que seja tirado o melhor proveito, pois nele, além de se contar uma história, muitas coisas são ensinadas.

Pois bem, o que o leitor acabou de ler foi um pouco sobre a minha trajetória de superação. É uma história real que contém mensagens de motivação (consciente e inconsciente), visando preparar o leitor para a "lavagem cerebral" (do bem) que será administrada mais adiante. A história contém mensagens que estimulam o cérebro a não desistir e nem se entregar ao comodismo.

O relato que fiz da minha história tem a finalidade, não apenas de falar da autobiografia, mas de instar o leitor a enfrentar e a vencer os desafios da vida ou pelo menos levá-lo à reflexão.

Como se verá mais adiante, a superação dos obstáculos não foi planejada. Eu tinha um objetivo: ser sargento da Aeronáutica. Não imaginava que enfrentaria tantos obstáculos e nem como iria superá-los. Quando os inesperados percalços apareceram, eu tinha a opção de desistir e, confesso que pensei muitas vezes nisso. Ocorre que, ao mesmo tempo em

que pensava na desistência, imaginava a longa vida que teria pela frente, passando as mesmas ou piores necessidades que já experimentara.

Ademais, pensava na minha família, que depositou em mim a esperança de vida melhor. Então eu buscava força de onde imaginava não ter mais, e assim continuar a luta, sabedor de que o mundo não iria ter pena de mim, caso eu desistisse. Tinha convicção de que se me acomodasse, estaria fadado a levar uma vida inteira de muito sacrifício. Então por que não fazer um pouco mais de sacrifício para deixar aquela vida sacrificada?

Hoje dou graças a Deus pelas dificuldades pelas quais passei. Penso que se eu não tivesse encontrado tantas dificuldades para conquistar o primeiro objetivo, teria me acomodado nele. O meu sonho não era apenas ter um emprego, mas conquistar uma profissão que me fascinava: ser um sargento especialista de Aeronáutica. As dificuldades foram tamanhas que fui obrigado a desenvolver estratégias para superá-las; assim, quando conquistei o objetivo, já estava com o pensamento em outros horizontes.

Descobri, contudo, que podemos alcançar objetivos sem precisarmos ser impelidos por necessidades e nem sofrimento para conquistá-los. Por exemplo, a conquista do primeiro cargo público – o de sargento da Aeronáutica – foi mais difícil para mim do que o último – o de Procurador da República. E mais. O primeiro cargo foi conquistado impelido por extrema necessidade. O último, eu não passava por necessidade. Isso demonstra que não é preciso passar por necessidades e nem sofrer para conquistar objetivos. Porém, se eu não tivesse passado pelo que passei no início da carreira, não teria a oportunidade de chegar aonde cheguei.

O que aconteceu foi que aprendi a estudar. Aprendi a controlar as emoções. Aprendi a fazer provas. Aprendi a lutar mesmo não estando em situação de necessidade. E o mais importante disso tudo: **aprendi a viver da melhor forma possível, com ou sem dificuldades**.

É esse conhecimento que eu passo. As duas primeiras edições do livro mostraram-me a viabilidade do projeto. Por isso, sigo em frente com o trabalho para que mais e mais pessoas sejam beneficiadas.

O leitor não precisa passar pelo o que eu passei para se motivar e conquistar vitórias. Ele pode se motivar sobre a minha história. Isso é o começo do trabalho. Daqui para frente serão apresentadas as técnicas. E o que o leitor tem a fazer é acreditar nos ensinamentos, vivenciá-los e colocá-los em prática. Não é difícil, basta querer e seguir os passos

que ensino no livro. Eu já verifiquei excelentes resultados e por isso prossigo com o projeto, inclusive retirei as partes das denúncias (será objeto de outro livro), para que a obra fique centrada tão somente no trabalho de ensinamento.

Os ensinamentos deste livro não servem apenas para concursos públicos, mas para tudo que envolve competição e qualidade de vida. Afinal, somos produto de uma competição, pois o espermatozoide que fecunda é o que venceu acirrada disputa, e assim é a vida: uma eterna competição. Na natureza selvagem quem não sabe lutar pela vida não sobrevive. Nas comunidades humanas, quem não luta ou não sabe lutar, vegeta, vive em condições subumanas. Infelizmente essa é a realidade.

Desde a infância, comecei a lutar e aprendi a sobreviver em situações adversas. Por isso tornei-me extremamente observador e muito otimista, porém realista. Bastante pragmático, nunca sonhei com o impossível, o utópico. Também não acredito em sorte ou azar. Construí as vitórias, assimilando a dor e corrigindo os erros experimentados nas derrotas momentâneas. O grande empreendedor Henry Ford dizia: ***"O fracasso é a oportunidade de recomeçar, com mais inteligência e redobrada vontade".***

O que eu fazia meio por acaso, pura intuição, descobri depois que tem base científica. Chama-se inteligência emocional. No livro Inteligência Emocional, o autor Daniel Goleman, psicólogo PhD pela Universidade de Harvard, com milhões de exemplares vendidos, ressalta que a inteligência emocional tem base científica e busca entender por que muitas pessoas de quociente intelectual (QI) alto são superadas por pessoas de menor QI.

Goleman diz que, ao contrário do QI, que tem muitos anos de história de pesquisa, a inteligência emocional é um conceito novo. Para esse psicólogo, "***inteligência emocional é a capacidade de criar motivações para si próprio e de persistir em um objetivo apesar dos percalços; de controlar impulsos e saber aguardar pela satisfação de seus desejos; de se manter em bom estado de espírito e de impedir que a ansiedade interfira na capacidade de raciocinar; de ser empático e autoconfiante***".

É a inteligência emocional que faz o indivíduo não entrar em depressão após um insucesso ou diante de um acontecimento triste, como a morte de um ente querido; ter ânimo para continuar na busca do objetivo,

mesmo após um insucesso; bem como enfrentar uma competição sem "amarelar" e produzir o máximo, na hora em que mais precisa.

Ao ler esse livro, parecia que estava lendo sobre a minha vida e eu nunca tinha ouvido falar sobre o assunto. Daniel Goleman utiliza a pesquisa científica para afirmar que o controle das emoções é decisivo para o sucesso de uma pessoa. Ele diz que a falta de controle sobre as próprias emoções dificulta ou mesmo pode destruir a vida de uma pessoa.

O mais importante é que, segundo o autor, a inteligência emocional pode ser desenvolvida, tanto que chega a sugerir que fosse disciplina obrigatória nas escolas. Eu mesmo sou testemunha disso, pois, se não fosse o desenvolvimento da inteligência emocional, jamais teria conseguido meus objetivos, pois o meu QI (quociente intelectual) é mediano; ademais, faltaram-me condições materiais mínimas para lutar por uma vida digna.

Qualquer pessoa pode desenvolver a própria inteligência emocional e experimentar os benefícios extraordinários. Muita gente pensa que tenho QI elevado, na verdade, apenas utilizo e desenvolvo a inteligência emocional.

O meu lado pragmático, sempre buscando resultado concreto em tudo o que faço, é consequência dessa inteligência. Ela funda-se na observação, na paciência, na persistência, na serenidade e na tranquilidade, mesmo diante de situações extremamente difíceis. É uma inteligência prática, altamente competitiva.

A propósito, uma das características da inteligência emocional é ajustar o indivíduo com a realidade adversa, modificando-a, quando possível; aceitando-a, se não for possível modificá-la. Isso eu faço com o uso da estratégia mental defensiva, assunto que será tratado mais adiante.

O indivíduo com inteligência emocional desenvolvida é "frio e calculista" (no bom sentido). Ele não perde tempo com algo para o qual não tem aptidão ou que não trará resultado útil. Ademais, podendo escolher entre opções viáveis, procura a que rende mais benefícios, sem ferir a ética. Darei um exemplo que fará o leitor entender melhor. Depois que alcancei o objetivo de criança, ou seja, ser sargento da Aeronáutica, decidi que deveria cursar uma faculdade. O curso que me veio à cabeça foi Engenharia, mormente por que gostava de ciências exatas (cálculos).

Verifiquei, contudo, que dificilmente o curso desejado iria me trazer benefício profissional considerável. Então optei pelo curso de Direito, cujas possibilidades de ascensão profissional eram bem maiores. Só a título de

informação, o curso de Direito enseja profissionalização para ingresso nos cargos, preenchidos por concurso, que pagam os melhores salários do serviço público, algo em torno de 20 mil reais. Isso só de subsídio (salário direto), fora os indiretos, por exemplo, no Ministério Público e na Magistratura, dependo do local onde for lotado, há a gratificação por atividades eleitorais, por participação no Conselho Penitenciário, auxílio--moradia, diárias etc., o que, muitas vezes, dobra o salário. Na área jurídica existem milhares de cargos que são preenchidos por concurso público. Mas quem quiser ficar rico pode fazer concurso para tabelião (dono de cartório), ou então exercer a advocacia.

Há quem diga que a advocacia não dá retorno financeiro. Para os bons advogados dá e muito. Quando comecei a cursar Direito, alguns "amigos" da turma dos acomodados tentaram me fazer desistir, dizendo que conheciam advogados que vendiam banana na feira para sobreviver. Eu dizia: ainda bem que eles vendem banana, fruta bastante nutritiva, pior seria se vendessem droga.

Falando sério, a advocacia, desde que o advogado tenha bom conhecimento jurídico, boa estrutura financeira para montar escritório e sustentá--lo até que as ações comecem a render pecúnias, é a melhor opção para quem deseja ganhar bastante dinheiro, pois o serviço público, por maior que seja o salário, é apenas salário. Eu ganho a maior remuneração (teto constitucional) do serviço público, mas se estivesse advogando, talvez ganhasse inúmeras vezes mais. Aliás, muitos colegas deixam a carreira para se realizarem financeiramente.

A inteligência emocional é voltada para a prática e como tal vincula--se à realidade, buscando proporcionar ao indivíduo o melhor dentro das possibilidades. Com essas considerações darei um exemplo que o leitor começará a entender o seu mecanismo e quando eu falar das estratégias mentais, o entendimento se completará.

Certo dia, eu estava fazendo compras em uma loja, quando ouvi o comentário de dois vendedores sobre o contracheque de um cliente. A fofoca me chamou atenção e eu fiquei ligado na conversa deles, que estavam maravilhados com o rendimento salarial do comprador. Um dizia que se ganhasse aquele salário "não queria mais nada na vida". Outro lamentava, dizendo que a sorte era para poucos. O curioso é que eles só comentavam que o salário era alto, mas não citavam o valor.

Eu permanecia por perto dos fofoqueiros, disfarçando que estava olhando preços, louco para saber o valor daquele misterioso salário de

que eles tanto falavam, mas não citavam a importância. A conversa dos dois foi interrompida por uma maldita ligação telefônica que obrigou a um deles afastar-se do outro.

Frustrado, já estava quase indo embora, mas a curiosidade falou mais alto. Dirigi-me ao interlocutor remanescente, disse-lhe que escutara a conversa e que gostaria de saber o valor do salário que eles tanto comentavam. Falando baixo, quase em tom de confidência, revelou a quantia. O numerário era bem superior ao que eu percebia como sargento da Aeronáutica.

Continuei o "interrogatório", perguntando o que o sortudo titular daquele contracheque fazia. O vendedor, parecendo com medo de falar, apenas sussurrou: é delegado da Polícia Federal. Ao sair dali, procurei saber o que era necessário para ser um delegado, foi quando soube que era preciso ser formado em Direito e passar em um concurso público.

De olho naquele salário, comecei a me interessar pela área jurídica, que era totalmente desconhecida para mim. Apesar de haver muitos colegas militares com formação superior no meu local de trabalho, não havia nenhum formado em Direito, o que era ruim, pois não tinha ninguém para trocar ideias. Por outro lado, parecia ser um bom sinal de que o curso proporcionava condições para novos horizontes.

O meu desejo era cursar Engenharia, pois gostava bastante de cálculos. Todavia, vislumbrei no Direito, melhores possibilidades de ascensão profissional. Na situação em que me encontrava, tinha que optar entre a paixão ou a razão. Aquela me orientava para a Engenharia; já a razão, para o Direito. No desenvolvimento da inteligência emocional, deve-se preferir a razão à emoção, pois quem age com a razão tem mais possibilidades de vencer do que quem age com a emoção. Daí, teria que optar pelo Direito.

Ademais, é necessário verificar se o curso de melhor promessa (indicado pela razão) está dentro das possibilidades do optante. Por exemplo, suponhamos que, em vez do Direito, o curso que mais oportunidade pudesse me oferecer fosse a Arquitetura. Nesta hipótese, a opção não serviria para mim, pois esse curso reclama talento, coisa que eu não tenho. Por outro lado, suponhamos que os cursos que oferecessem maiores possibilidades de ascensão profissional, na situação em que me encontrava, fossem a Medicina e a Odontologia. Também nessas hipóteses não serviriam para mim, pois não tenho a menor vocação para tais áreas.

Já o curso de Direito era uma incógnita. Eu sabia que não era preciso ter talento, como se exige para a Arquitetura, mas não sabia se eu teria vocação (para Medicina e Odontologia eu já sabia que não tinha vocação alguma). Então eu comecei a me inteirar da área jurídica. Conversei com várias pessoas da área, li a respeito e concluí que haveria boas possibilidades de eu gostar. E por que eu fiz isso? Porque a observação (uma das atividades que deve ser exercitada no desenvolvimento da inteligência emocional) me mostrou que um curso superior é como um casamento.

Quem vai se casar deve gostar ou aprender a gostar do outro cônjuge, caso contrário, o casamento não vai prestar. Quando se vai fazer um curso superior, o interessado deve gostar ou aprender a gostar do curso, senão serão tempo e dinheiro perdidos. Repito. Fazer um curso superior sem gostar da área é jogar fora tempo e dinheiro.

Quando eu for falar das estratégias de estudo, mostrarei que uma das primeiras coisas que se deve fazer para facilitar a aprendizagem é entender e não decorar o que se estuda. Ora, se a pessoa não gosta do curso, terá muitas dificuldades para entender, e consequentemente não aprenderá. Imagine-se alguém como eu, que não tem aptidão e nem gosta de Medicina, estudando anatomia humana? Seria uma tragédia, certamente.

Embora sequer eu tivesse um parente na área jurídica, as informações que colhi mostraram-me que haveria possibilidades de eu gostar do curso. Assim, ingressei na faculdade e, na medida em que estudava, cada vez mais me interessava pelo Direito.

Como atento observador (marca da inteligência emocional) verifiquei que o Direito exige duas habilidades: **redação e oratória.** Nas duas eu tinha deficiência. Lembro que no ensino fundamental eu tinha dificuldade para fazer uma simples redação com trinta linhas (ficava contando as linhas). Minhas notas não eram boas. No entanto, na Escola de Especialistas de Aeronáutica tive um desafio. Próximo ao final do curso, o professor de Português resolveu fazer uma prova final de redação, que somaria com a nota de Português para o semestre. Fiquei muito preocupado, pois até então eu nunca havia tirado boas notas em redação e uma nota baixa iria prejudicar a minha classificação, sendo que o lugar onde eu iria trabalhar depois de formado era determinado pela minha classificação no curso de formação. Antes da anunciada prova final de redação, minha classificação era excelente, mas se eu tirasse nota baixa cairia várias posições e isso

era ruim. Ruim, não, péssimo, pois eu poderia ir trabalhar em lugar onde não pudesse cursar uma faculdade.

Então só havia uma forma de não cair: tirar nota alta na prova de redação. Daí, treinei muito e tirei excelente nota. Só que depois disso, não mais escrevi; contudo, na faculdade voltei a praticar, bem como fiz alguns cursos de redação. Também fiz alguns cursos de oratória que me ajudaram bastante. Bem ou mal, consegui superar esses dois problemas que todo estudante da área jurídica deveria superar ainda na faculdade. O profissional do Direito que não escreve e/ou não fala em público é o mesmo que um piloto que não voa ou um mergulhador que não mergulha. É elementar no Direito saber escrever e falar bem.

A propósito, muitas pessoas cursam Direito atraídas pelas ofertas de cargos que os vários concursos públicos da área jurídica proporcionam. Ocorre, como falei antes, que um curso superior é igual a casamento. Casar com alguém que não se tem nenhuma afinidade tem tudo para dar errado. O mesmo se diga de quem faz um curso de Direito sem gostar da área jurídica. O curso não valerá, pois a pessoa não conseguirá passar a barreira do concurso. Também será um péssimo advogado, caso tente advogar sem gostar da área jurídica. A minha sugestão é a seguinte (dentro do que indica a inteligência emocional): **ou aprenda a gostar do Direito ou saia fora e vá fazer o curso que, dentro dos que maior possibilidade de sucesso lhe ofereça, você possa gostar**.

Mas atenção! Isso é uma decisão que tem que ser tomada com bastante cautela. Da mesma forma como não aconselho o ingresso no Direito sem a verificação da afinidade, também não aconselho largá-lo, caso já tenha ingressado, sem antes aferir se realmente não tem afinidade com a área. Muitas vezes o que faz o Direito ficar chato é a forma como é ensinado. Por isso que é fundamental ao optante pelo curso adquirir o hábito de estudar só (autodidata). A propósito, considerando que tanto para advogar como para galgar um cargo público o bacharel em Direito precisa submeter-se a provas (exame da OAB e concurso público), é imprescindível que o optante pelo Direito torna-se autodidata, caso ainda não seja. Um bom curso universitário, assim como um ótimo cursinho preparatório, ajuda e muito, mas é preciso complementar com muitas horas de estudo solitário.

Não quero assustar ninguém, muito pelo contrário, meu objetivo é contribuir para que mais pessoas estudem (de verdade) o Direito, todavia, não posso deixar de falar a realidade. Em qualquer área para ser bem-sucedido é preciso estudar, mas no Direito, exige-se mais.

Por exemplo, se um estudante de Medicina faz o curso nas coxas (fazer por fazer), como se diz na gíria, conseguirá emprego, ainda que seja para tirar plantão com baixa remuneração em hospitais de qualidade duvidosa ou então trabalhando em pequenas cidades do interior, onde há falta de médico. Contudo, se um acadêmico de Direito faz o mesmo, dificilmente conseguirá ocupação remunerada na área jurídica. Antigamente até que conseguia (havia muitas possibilidades de apadrinhamentos), mas hoje é mais difícil e a tendência é piorar cada vez mais a situação do enrolador. São mais de 500 mil alunos que frequentam as quase mil e duzentas faculdades de Direito; logo, é bom levar a sério o curso, caso contrário, o formando será mais um no meio da multidão de bacharéis.

Ao concluir o curso universitário em uma humilde faculdade, feito no período noturno (trabalhava durante o dia), já no primeiro concurso ocorrido logo após a formatura, e concorrendo com candidatos fortes, inclusive formados na Universidade Federal de Brasília (UNB), uma das melhores do país, passei em primeiro lugar em concurso federal privativo de bacharel em direito, realizado em Brasília (oficial de justiça do Tribunal Regional Federal da Primeira Região). A mesma performance obtive no concurso seguinte (seleção para a primeira turma da Escola Superior do Ministério Público do Distrito Federal).

Quando, todavia, participei de concursos que tinham provas subjetivas e orais, eu passava muito bem classificado na primeira fase (prova objetiva), mas reprovava nas fases seguintes. Depois de algumas reprovações, não tive mais dúvida de que a estratégia de estudo que adotei na faculdade, era eficiente para provas objetivas, mas insuficiente para provas subjetivas e orais (mais adiante explicarei como me preparei para essas provas). Então eu tinha a opção de acomodar-me e permanecer no bom cargo que ocupava (oficial de Justiça do Superior Tribunal de Justiça), inclusive fui convidado para ser assessor de um ministro, ou corrigir as deficiências de estudo e seguir tentando outros cargos mais elevados. Fiquei com a segunda opção.

Corrigi as falhas de estudo e passei em primeiro lugar no concurso de Procurador Federal do INSS, certame de mais de uma fase e de considerável grau de dificuldade, tanto que apesar da grande quantidade de candidatos inscritos, atraídos pelo apetitoso salário, poucos foram os aprovados. Sobraram muitas vagas.

Além da redação e da oratória, o Direito reclama raciocínio crítico e muito estudo. Aliás, como o Direito está na vida de todos nós, pois desde antes do nascimento até depois da morte regula a liberdade, os bens, direitos e obrigações do indivíduo, deveria ser simplificado para que o cidadão pudesse conhecê-lo melhor. Ocorre que, embora se tenha abrandado o formalismo do vocabulário, o mesmo não aconteceu com o conteúdo das matérias jurídicas.

Se não bastasse a exagerada produção legislativa (dever-se-ia preocupar com a efetiva aplicação das leis existentes em vez de se produzir mais leis), há enorme produção doutrinária. O doutrinador, a pretexto de colaborar na interpretação das leis, na maioria das vezes, faz é complicar. Inventa um monte de teorias que em nada contribuem para a efetiva realização do Direito e muito menos da Justiça.

Há indivíduos com elevada capacidade intelectual que vão para o exterior, fazem doutorado, pós-doutorado etc. e depois introduzem no mercado interno as "viagens na maionese" que aprenderam lá fora. Escrevem livros e mais livros e logo suas teorias viram questões de prova em concurso público. Coitados dos concurseiros!

Para completar o quadro complicado, a jurisprudência (entendimento dos tribunais) coloca mais lenha na fogueira. Desde a época de faculdade que ouvi falar que a jurisprudência é igual a batom: ***tem para todo o gosto***. Com efeito, o profissional do Direito, assim como o concurseiro, terá de conhecê-la e aprender a trabalhar com os mais diversos entendimentos.

Como se vê, não é por acaso que sobram vagas em concursos para área jurídica, bem como a maioria dos bacharéis que sai da faculdade não consegue inscrição na OAB, porque não passa no exame de ordem. E o problema não é apenas da qualidade duvidosa do ensino ministrado em muitas faculdades particulares, pois as vagas que sobram nos concursos públicos com salários elevados também são disputadas por bacharéis formados nas melhores universidades federais do país, e poucos dessa elite acadêmica conseguem êxito.

O problema é que as matérias da área jurídica são muito extensas e mesmo que o aluno passasse vários anos estudando uma única disciplina, não conseguiria estudar tudo. Ademais, os concursos cobram muitas matérias; logo, não adianta saber muito sobre uma ou duas e não saber as demais.

O bacharel em Direito que deseja fazer uso do diploma tem que ser igual ao filósofo da antiguidade: **saber um pouco de tudo**. O problema é escolher o que estudar, fixar o conhecimento e, sobretudo, saber como empregá-lo. Nessa dinâmica, exige-se conhecimento e juízo crítico.

A propósito, penso que em nenhuma área do conhecimento humano se exige tanto raciocínio crítico. É que o Direito é pautado por disputas, e vence quem convence. Qualquer operador da área jurídica, seja defensor, acusador ou julgador, trabalha com o convencimento. O juiz que não utiliza argumentos convincentes na sentença terá sua decisão modificada pelas instâncias superiores. O ministro do Supremo Tribunal Federal que não fundamenta sua decisão com argumentos convincentes será voto vencido, e assim acontece com todos os profissionais do Direito. Isso não é diferente com o pretendente ao cargo. O concurseiro que na prova subjetiva ou oral não fundamenta sua resposta com argumentos convincentes será reprovado.

Destarte, o desenvolvimento da inteligência emocional (inteligência competitiva) é fundamental para o sucesso na área jurídica. Falo com conhecimento de causa e experiência própria, pois devo a isso o vitorioso desempenho, tanto nos concursos públicos como no exercício da atividade profissional.

Fiz essas considerações para que o leitor se conscientize da necessidade de desenvolver a inteligência emocional, que é útil em tudo na vida, especialmente em atividades que envolvam competições, pois a pessoa deverá ter raciocínio aguçado, juízo crítico, tranquilidade no agir (controle emocional: "frieza") e perspicácia no decidir (tomar decisões certas). Isso reclama observação, treinamento e perseverança.

A VIDA NA ESCOLA MILITAR

Para ajudar o leitor a desenvolver sua inteligência emocional, relatarei fatos acontecidos comigo que servem como referência emocional para o leitor enfrentar os seus problemas e desafios. O leitor não precisa sofrer na prática como eu sofri, basta que vivencie mentalmente as situações, que o método funciona. Nessa esteira, é relevante descrever um pouco do que suportei na escola militar, para mostrar que o limite do ser humano é muito além do que se imagina.

Passei por momentos difíceis na vida. Suportei fome e dormi sobre caixas de papelão no depósito de uma padaria em Brasília, utilizando um cobertor cheio de orifícios em decorrência do uso prolongado, deixando-me exposto ao frio. Ao passar por aquela situação, imaginei que tinha chegado ao fundo do poço e, pior do que aquilo, só se fosse dormir na rua.

No treinamento militar, contudo, passei por situação bem pior do que se tivesse dormido na rua, o que serviu para me mostrar que o ruim pode ainda piorar e que a nossa resistência vai além do que imaginamos, bem como me ensinou a dar valor às coisas simples da vida, cuja importância só notamos quando perdemos. Isso me deixou mais forte para vencer as adversidades.

Vou relatar uma situação extrema pela qual passei, para que o leitor tenha uma noção de que a vida nos apresenta muitas dificuldades, mas ostentamos condições para superá-las. O quotidiano em uma escola militar não é fácil, mas existe uma situação que exige do aluno controle emocional e resistência física extrema: o acampamento.

No meu caso, o acampamento ocorreu no inverno, no Vale do Paraíba, Estado de São Paulo. A estação fria era escolhida de propósito. O local ficava distante da escola, cerca de 30 quilômetros (não lembro o certo). Fomos levados por caminhões de transporte de tropa.

O local era apropriado para o treinamento, cheio de acidentes e obstáculos geográficos para representar situação próxima da realidade de um teatro de operação militar. Passávamos o dia em treinamento com muito exercício, pouca água e raríssima comida (fome e sede eram "tempero" do treinamento).

À noite, o descanso era muito curto, interrompido com a explosão de bombas de efeito moral lançadas próximas às barracas, onde se dormia molhado com a própria farda do treinamento, pois de vez em quando era necessário escapar do "aposento", expulso por nuvens de gás lacrimogêneo. O frio era intenso e o desconforto aumentava as dores que atingiam o corpo inteiro.

Naquelas noites de agonia senti saudade do tempo em que dormia sobre a caixa de papelão no depósito da padaria; aliás, mesmo se tivesse algum dia dormido na rua, ao relento, certamente seria bem mais confortável do que passar a noite molhado, sobre o chão duro e frio e tendo de acordar toda hora com estrondos de bombas e gás lacrimogêneo nos olhos.

No último dia de acampamento, estávamos eufóricos por causa do retorno à vida normal. A partida estava marcada para as 8h da noite. A alegria só não era maior porque pensávamos nos incômodos da viagem de volta, decorrente dos inevitáveis sacolejos que seriam provocados pela estrada de chão irregular que, certamente, faria o assento duro de madeira do caminhão aumentar as dores que sentíamos por todo o corpo, devido aos intensos treinamentos realizados naqueles dias.

Todavia, ao pensar que, no máximo, por volta das 10 horas da noite estaríamos na escola, o imaginário transtorno da viagem era superado pela imagem mental do banho quente, da alimentação recuperadora dos dias de forçada abstinência alimentar e, principalmente, do merecido descanso na cama que, naquele momento, surgia na minha mente como o melhor lugar de descanso do mundo, embora fosse apenas um estreito beliche.

Quando já estávamos todos sentados nos caminhões, ansiosos pelo momento da partida, fomos surpreendidos por uma péssima notícia: o retorno para a Escola Militar seria realizado a pé. Recebemos ordem para descer das viaturas e iniciar a marcha pedestre, naquela mesma hora da noite, e não poderia sequer utilizar a estrada de chão: o trajeto deveria ser feito pelo meio da mata.

Para quem estava preocupado com os sacolejos da viagem de volta que duraria cerca de uma hora pela estrada de chão, caiu como uma bomba a notícia de que o retorno seria realizado a pé e com proibição de utilizar a estrada, elevando para várias horas o percurso, pois incluía atravessar regiões alagadas.

No primeiro momento imaginei que seria blefe do comandante, testando nossa disposição; porém, quando percebi que a ordem era real e teríamos de retornar como pedestres, senti uma sensação estranha de decepção, desgosto, raiva, quase chegando ao desespero, e a impressão era de que todos sentiam a mesma coisa. Olhávamos uns para os rostos dos outros parecendo não acreditar no que estava acontecendo.

Passada a terrível surpresa, que foi guardada a sete chaves, pois só ficamos sabendo na hora marcada para o retorno, cada um agiu ao seu modo para extrair força não sei de onde e cumprir a missão penosa de retorno. Uns davam gritos, outros rezavam, eu me concentrei e lembrei que havia chegado até lá e não desistiria, jurei que chegaria ao destino, ainda que fosse rastejando. Como apoio psicológico, lembrava das periódicas marchas noturnas dos espartanos que passavam praticamente

a vida toda em treinamento militar (estratégia mental defensiva, depois falo disso).

Esparta, Cidade-Estado da antiga Grécia, treinava militarmente toda a população. Homem e mulheres deveriam estar preparados física e psicologicamente para vencer o medo e a dor.

As crianças, a partir dos sete anos, já começavam a treinar para enfrentar o perigo sem recuar. Aos 13 anos eram submetidos a testes cruéis, sendo comum a ocorrência de quebra de ossos, desmaios etc., até completarem 20 anos, quando efetivamente se incorporavam à falange (tropa militar).

Os periódicos exercícios de guerra tinham a duração de oito dias, cada treinamento. Os soldados deslocavam-se por elevadas montanhas, atravessavam rios e florestas, em longa marcha noturna, durante quatro noites, com pequenos descansos no período diurno, em turnos de plantão. Nos três dias seguintes, adestravam-se diuturnamente, sob as mais drásticas condições. A alimentação individual diária limitava-se a dois pedaços de pão duro, duas quantidades de figos secos, além de duas doses de vinho e água nos seis primeiros dias; nos dois últimos, somente um pedaço de pão e nenhum líquido.

Esses treinamentos militares faziam parte da vida do espartano até ele completar 60 anos, quando finalmente poderia descansar. Assim, ao imaginar que meu treinamento era menos rígido e infinitamente mais curto, convenci-me de que não deveria desistir do objetivo.

Divididos em grupos, cada equipe recebeu uma lanterna e uma bússola, e partimos na escuridão da noite, cantando o hino da infantaria, do expedicionário, do aviador, do especialista e outros hinos militares. As canções nos mantinham com o moral alto, embora o corpo estivesse um trapo.

A solidariedade era muito grande. Cada um procurava motivar e ajudar o outro. Penso que esse espírito de cooperação mútua foi muito relevante para vencermos a situação extremamente difícil, pois à medida que incentivávamos o companheiro a persistir, inclusive, auxiliando pessoalmente os mais prejudicados, surgia mais força do nosso interior para não desistir. Caminhamos das 9h da noite até as 7h da manhã quando, finalmente, chegamos ao nosso destino.

É inenarrável a sensação experimentada na hora da chegada. Era como se estivéssemos voltando para casa após uma batalha vencida à custa de muito sofrimento superado graças à determinação, disciplina e espírito de luta.

AS LIÇÕES

Várias lições tirei desse episódio, por exemplo, que o ruim pode piorar. Veja-se que estávamos preocupados com o desconforto dos caminhões na viagem de volta, no entanto, a situação piorou (e muito), pois tivemos de voltar a pé.

Também passei a dar mais valor às coisas simples da vida. A título ilustrativo, ninguém sequer pensa o quanto é bom dormir em uma cama, faz isso automaticamente. Todavia, se uma pessoa, por algum motivo, passar por uma situação parecida a que experimentei no acampamento, e não precisa nem ser com o mesmo sofrimento, basta ficar, ainda que seja uma única noite, em uma selva sem cama para dormir, sem o conforto de quatro paredes; ao ser resgatado, tenho certeza de que a partir dali vai valorizar e apreciar o quanto é bom dormir em uma cama quentinha, ainda que humilde.

Além disso, verifiquei na prática que a nossa resistência física é muito superior a que imaginamos, basta que não deixemos nos dominar pelo desânimo e confiar no sucesso. Ao sentar no caminhão para retornar, pensei: ainda bem que terminou, pois não dou conta de mais nada. Logo em seguida, veio a ordem para abandonar o transporte mecânico e iniciar a longa e inesperada caminhada noturna. De pronto imaginei que não iria conseguir, mas logo o desânimo foi superado pelo desejo de vencer e, com o emprego de algumas estratégias mentais e a solidariedade do grupo, conseguimos alcançar o objetivo.

A limitação física ou intelectual está na mente. Se pensarmos que é impossível, não conseguiremos. Por outro lado, se pensarmos que é possível e agirmos nesse sentido, conseguiremos.

Capítulo 11

ESTRATÉGIAS MENTAIS DEFENSIVAS

Para desenvolver a inteligência emocional, adotei dois tipos de estratégias mentais: a estratégia mental defensiva e a estratégia mental ofensiva. A primeira serve para amenizar situações difíceis que costumam desequilibrar emocionalmente a pessoa atingida, e a segunda, a estratégia mental ofensiva, é utilizada no preparo do indivíduo para enfrentar uma competição (provas, disputas esportivas etc.) sem perder o equilíbrio emocional; assim, sem o embaraço emocional, a pessoa rende o máximo na hora da competição.

A estratégia mental defensiva relativiza situações ruins, como a perda de um ente querido, desemprego, reprovações, prejuízos repentinos, acidentes etc. É que situações desse jaez costumam resultar em desânimo, estresse e até depressão e a pessoa acaba desistindo de seus objetivos, mormente quando a meta é vencer pelos estudos, pois estudar reclama motivação, concentração e muito ânimo.

Essa estratégia mental ajuda a pessoa a suportar situação ruim sem perder o equilíbrio. Faz mais de vinte e cinco anos que passei pela experiência do acampamento militar, contudo a situação extrema ficou gravada na minha memória e, se um dia, por exemplo, tiver de dormir ao relento sobre um banco frio de uma praça pública ou mesmo sobre a grama ou calçada de uma rua, basta me lembrar (mentalizar) que a situação passada no acampamento foi inúmeras vezes pior, isso me dará força e disposição para suportar a situação ruim.

A estratégia mental defensiva também funciona quando imaginamos uma situação vivenciada por outras pessoas. Por exemplo, se estou em

uma fila (odeio ficar em fila) que está demorando a andar, para não me irritar, mentalizo os prisioneiros dos nazistas na Segunda Guerra mundial que ficavam horas e, às vezes, dias na fila para serem conduzidos aos campos de concentração e de lá para a morte. Daí, penso: não devo ficar irritado e perder a paciência, pois daqui a pouco sairei desta fila e tenho muita vida pela frente, ao contrário daquelas pessoas que, além de ficarem na fila, eram conduzidos para a morte.

Uso bastante essa estratégia no trânsito quando há congestionamento e começo a sentir sintomas de irritação. Para não ficar nervoso e meter a mão na buzina ou xingar os outros, pois essas atitudes não vão fazer o trânsito andar, coloco uma música suave e imagino-me em uma fila que não vai me levar para o campo de concentração e com o privilégio de estar confortavelmente sentado, curtindo o acorde musical.

Às vezes dou uma olhada para as paradas de ônibus ao longo da rua e vejo inúmeras pessoas desconfortavelmente em pé, esperando pelo transporte coletivo, então imagino que aquelas pessoas certamente gostariam de trocar de lugar comigo. Além disso, lembro-me que já houve época em que eu não tinha dinheiro nem para pagar passagem de ônibus, andava dezenas de quilômetros em uma velha bicicleta.

ACEITANDO A MORTE

Como comportar-se diante de um acontecimento triste e previsível como a morte? No ano de 1997 perdi uma irmã, que faleceu em decorrência de complicação cardíaca, aos 24 anos de idade. Antes, em 1994, ela fez uma cirurgia, em Brasília, contudo, o médico recomendou que uns dois ou três anos depois deveria submeter-se a outro procedimento cirúrgico.

No início de 1997, minha irmã começou a fazer os exames preparatórios para a cirurgia, que tinha o objetivo de resolver o problema cardíaco com a troca de uma válvula do coração, procedimento médico que não foi possível na cirurgia anterior.

O cardiologista falou que o procedimento era de alto risco e que, se a família tivesse condições financeiras, seria melhor que fosse realizado em São Paulo, no Instituto do Coração (INCOR), onde há mais

recursos médicos e maior experiência. Porém, caso houvesse dificuldades financeiras, a cirurgia poderia ser realizada em Brasília, onde ela morava com a minha mãe e irmãos.

Mamãe conversou comigo, dizendo preferir que a cirurgia fosse realizada no INCOR. Fiz um esforço financeiro, juntamente com um irmão, e providenciamos para que o procedimento cirúrgico fosse realizado em São Paulo.

Minha irmã ficou um mês internada no hospital paulista, acompanhada por mamãe e pelo meu irmão, aguardando que um médico estrangeiro de agenda apertada realizasse a operação, pois ele é especialista de reconhecimento internacional.

Esse médico tinha realizado com sucesso inúmeras cirurgias daquele tipo; porém, no fatídico dia 12 de março de 1997, o competente médico computou na sua brilhante carreira algo que os médicos sabem que ocorre, mas esperam que não aconteça: o óbito do paciente.

Apesar de o acontecimento ser previsível, pois a cirurgia era de alto risco, ninguém esperava que o pior acontecesse.

Chorei a morte prematura de minha irmã, mas estava com a consciência tranquila. Na hora do velório, confortava-me mentalmente, aceitando que o óbito teria de acontecer, pois fizemos tudo o que foi possível para salvar-lhe a vida, logo era da vontade de Deus que ela nos deixasse.

Caso não a tivéssemos levado para São Paulo e o falecimento ocorresse em Brasília, sofreria muito com a consciência pesada por não ter feito o melhor para salvar a vida de nossa querida irmã e inevitavelmente restaria a dúvida de que, se tivesse sido operada em São Paulo, ela poderia estar fisicamente no meio de nós.

A mesma coisa aconteceu com os falecimentos de meu pai e de meu irmão mais velho (irmão adotivo). Fizemos tudo o que foi possível para preservar-lhes a vida. Chorei nos respectivos velórios, mas sem desespero, consciente de que o fato tinha de acontecer, confortando-me na aceitação de que a morte é um fato que mais cedo ou mais tarde vai ocorrer e nós temos de aceitar e nos conformar.

A morte é um acontecimento previsível; aliás, é a única certeza de que se tem na vida, só precisamos estar preparados para aceitá-la, porém sempre tentando adiá-la ao máximo. Na perda de um ente querido, acredito que o maior sofrimento está relacionado ao peso na consciência,

seja por não ter vivido bem com a pessoa que se foi, seja por não se ter feito tudo o que era possível para salvar sua vida.

Portanto, procuremos viver da melhor possível com nossos entes queridos, bem como façamos tudo o que for necessário para evitar a morte. Assim, quando ela chegar, o sofrimento se limitará à perda da convivência, sem o sofrimento decorrente do peso na consciência.

OS VELÓRIOS BARULHENTOS

Lembro-me de que no interior da Ilha do Marajó os velórios eram marcados por gritos, lamentações escandalosas que se ouviam à distância e até desmaios; havia gente que batia a cabeça na madeira que chegava a sangrar.

Parece que precisavam demonstrar por intermédio do desespero que a pessoa morta era querida e não deveria ter morrido. Inclusive, até se faziam comparações entre velórios. Velório "bom" era aquele em que os parentes do morto faziam mais escândalos. Cheguei a ouvir conversa do tipo: o velório do "fulano" foi bom, mas do "siclano" foi melhor, pois o filho do falecido corria gritando e batendo a cabeça nas paredes e no piso da casa inteira. – Esse gostava demais do pai, atestava o interlocutor.

Os velórios no interior da Ilha eram longos. Após o enterro, os convidados (pessoas estranhas à família que eram chamadas para acompanhar a choradeira dos parentes do finado) retornavam nas suas canoas para fazer companhia e tentar consolar os parentes do morto. Esse ritual durava uma semana, às vezes até mais; enquanto tivesse comida para fornecer aos convidados, eles iam ficando. Os serimbabos (porcos, galinhas etc.) é que acabavam pagando o "pato" para alimentar os gulosos acompanhantes de velório. Alguns pareciam profissionais: mal saiam de um velório já estavam se apresentando para outro.

A MORTE DO POETA

Eu também imaginava que a morte do meu pai, mãe ou de algum irmão seria algo desesperador e que eu perderia a vontade de viver se isso acontecesse. Permaneci com essa ideia mesmo após ter saído da

Ilha, porém mudei a forma de pensar depois de um fato que aconteceu quando estava na Escola Militar.

Havia um aluno de nome Augusto, pessoa de excelente índole e ótimo companheiro de turma. Nos momentos de descanso conversávamos sobre nossas famílias e ele falava com muito orgulho de seu pai, que tinha bastante habilidade com o manuseio das palavras, um verdadeiro poeta, inclusive, políticos do local onde residia, no interior de Minas Gerais, o procuravam para redigir discursos. A vida de pai e filho, segundo me falava, fluía da melhor forma possível.

No segundo semestre de 1984 estávamos felizes, pois era a última etapa do curso militar. Só faltava o estágio de conclusão que durava três meses e era realizado nos mais variados lugares do Brasil, em uma unidade da Aeronáutica.

A escolha da localidade na qual passaríamos a última etapa da formação militar dependia da colocação na turma. Como nossa classificação era boa, combinamos que, se abrissem vagas para o Rio de Janeiro, essa seria nossa opção.

Poucos dias antes da escolha das localidades, em pleno horário de aula, Augusto foi chamado para atender a um telefonema. Fiquei apreensivo, porquanto ainda não tinha visto ninguém ser chamado para atender telefone naquela situação. Ligações telefônicas somente eram possíveis fora do horário de aula e aos finais de semana.

Mas o amigo foi chamado para atender ao telefone. Imaginei que deveria ser algo muito sério. Poucos minutos depois, ele retornou e passou a recolher seus materiais escolares. Perguntei o motivo do telefonema, com a voz embargada, disse-me: ***É meu pai.*** Antes que eu falasse qualquer coisa, ele completou: ***Meu pai acabou de falecer.*** Foi um susto muito grande que me deixou sem ação e sequer encontrei palavras para confortá-lo.

Augusto viajou para o enterro de seu ídolo. Fiquei muito triste, imaginando como a vida era muito vulnerável, pois aquela morte, apesar de natural, foi muito rápida, não houve aviso prévio. Sequer uma doença alertou o fim do poeta.

O colega obteve uma semana de licença, justamente no período em que ocorreu a escolha de localidade para o estágio. Diante da existência de vagas para o Rio em situação que ele podia optar (o Rio era muito disputado), pedi que fosse reservada sua vaga, com a ressalva de

que poderia permutar por outro lugar, pois não sabia se ele ainda tinha interesse, após o fatídico acontecimento, uma vez que a nossa intenção era ir para a Cidade Maravilhosa para aproveitar a praia e os finais de semana na balada.

Quando o Augusto retornou, ao término da licença, disse-lhe da reserva de vaga e da possibilidade de permuta, mas ele confirmou a opção carioca com entusiasmo. O colega me surpreendeu pela forma como se comportou diante da perda inesperada do pai, amigo e ídolo. Imaginei que por muito tempo mudaria seu jeito de viver sempre brincalhão e alegre. Porém, ele não mudou em nada, até parece que não havia perdido o pai recentemente. Estagiamos na Base Aérea de Santa Cruz, no Rio, e pude aproveitar sua companhia agradável de sempre.

Esse fato me fez mudar radicalmente de visão em relação à vida e à morte. Compreendi que o importante é considerar a pessoa e fazê-la saber que é amada enquanto está viva; depois de morta não adianta enaltecê-la ou idolatrá-la.

Augusto demonstrou ao seu pai toda a consideração, respeito e orgulho que tinha por ele enquanto estava vivo; após a morte, ficou a lembrança, a saudade, mas não o remorso ou o arrependimento de não tê-lo dado valor em vida. Por isso, ele reagiu bem e se conformou com facilidade e naturalidade diante da perda prematura e inesperada do genitor.

IGNORÂNCIA DOS PARENTES

Conheço gente que ignorava os pais, não os dava atenção afetiva e nem financeira. Contudo, após a morte deles construíram sobre seus túmulos obras suntuosas como se estivessem tentando compensar o que não fizeram em vida.

Lembro-me de um pai que tinha muitos filhos que eram criados como se fossem estranhos, sem nenhuma demonstração de carinho, sem nenhum cuidado, sem nenhuma atenção. Certo dia, um filho morreu afogado e o genitor quase ficou louco. Ele corria gritando pelas ruas como um desesperado e quase morreu de inanição, pois passou muitos dias sem se alimentar. Também sei de uns filhos que abandonaram a mãe doente à própria sorte, porém, quando a coitada morreu, eles pareciam enlouquecidos, desesperados lamentando sua morte.

Eu mesmo, apesar de ter boa relação com meus pais e irmãos e de gostar muito deles, não fazia demonstração explícita e, às vezes, coisas pequenas eram motivos para discussões. Após o episódio relatado da morte repentina do pai do colega e seu comportamento antes e depois do óbito, mudei e passei a dar mais valor à vida em família.

Aproveito melhor cada momento com meus entes queridos e também passei a encarar a morte de forma diferente, como um acontecimento que devemos estar preparados para enfrentá-lo a qualquer momento. A melhor forma é procurar viver intensamente as coisas boas da vida, não deixando que as ruins sobressaiam. A vida está cheia de coisas boas e ruins, basta saber escolher.

CONVÍVIO COM AS CRIANÇAS

Inspirado pelo relacionamento familiar do colega que perdeu o pai, quando os meus dois primeiros filhos nasceram, já tinha comportamento voltado para o máximo aproveitamento da vida familiar em consonância com a luta incessante por uma vida melhor.

Minha filha Marla nasceu em 1988, quando eu estava ingressando na faculdade, já o meu filho Rômulo nasceu no ano em que me formei (1992). Além dos meus filhos, três sobrinhos moravam comigo em Brasília: Júnior (Endson Bleno), nascido em 1987, Mayara, em 1988 e Willer, em 1992.

A infância deles coincidiu com o período em que mais precisei estudar; no entanto, consegui conciliar trabalho, estudo e dedicação a eles. Era muito raro um final de semana ou feriado que não saíssemos com o carro cheio de crianças, pois além dos cinco, havia mais a Daniele e o Bruno, sobrinhos que se somavam ao grupo.

Brincava com eles como se também fosse criança, talvez compensando um pouco a falta de minha própria infância. O lazer era simples, geralmente gratuito ou de preço módico, mas nos divertíamos muito.

Passava a semana toda envolvido com o trabalho e estudo e, nos momentos de folga, reservava uma parte para me divertir com os pimpolhos.

Qualquer criança precisa de atenção dos adultos e, principalmente, dos pais ou seus substitutos. Uma criança pode ter boa alimentação, estudar na melhor escola, possuir brinquedos caros, usar roupas de grife, viajar para os melhores lugares do mundo etc., mas se não tiver a atenção e carinho, certamente sofrerá de carência afetiva. E digo mais: essa criança seria bem mais feliz se, em vez da riqueza material, tivesse atenção.

Certo dia escutei em uma rádio uma história interessante. Um pai mandou um e-mail para a redação, contando a experiência que passara com seu filho durante um feriado. Dizia que, devido ao caos aéreo e o receio de congestionamento nas estradas, resolveu passar o feriado na própria cidade.

Pela manhã, pegou o filho e foi ao parque da cidade, local que até então não havia frequentado, apesar de morar muitos anos naquela cidade. Lá chegando, não sabia como passaria o dia com seu filho naquele lugar que não tinha o conforto dos locais que costumava frequentar.

Ao chegar, logo apareceu um camelô que ofereceu ao seu filho alguns brinquedos, tudo muito barato. O menino se interessou pela pipa. Preço: um real. Nem o menino nem o pai tinham habilidade com o brinquedo voador, mas com algumas orientações do vendedor conseguiram "empinar" o artefato de papel.

Depois foi só acompanhar o movimento do vento para pai e filho se transformarem em companheiros de brincadeira. Ao final do dia, retornaram para casa. O filho confidenciou ao pai que nunca havia se divertido tanto e, empolgado, perguntou quando teria novamente um dia como aquele. Extrai-se desse episódio que o importante não é o luxo, a gastança, mas a companhia, a atenção, a convivência.

De nada adianta viajar para lugares bonitos e caros, ficar hospedado em hotéis luxuosos, se as crianças são tratadas como se fossem estranhos sem atenção, sem carinho, sem companhia.

RELAÇÃO CONSISTENTE

Hoje meus filhos e sobrinhos estão todos crescidos e sinto dificuldade para entender que o tempo passou muito rápido e não posso mais colocá-los no colo, rolar na grama, balançá-los na cadeirinha dos parquinhos, jogar

para cima dentro da piscina etc. Porém, o passado gostoso se manifesta no presente, denotando-se na fortíssima relação que mantemos, agora de forma apropriada à moda deles, adolescentes que estão. Apesar da idade problemática, graças a Deus, nem meus filhos e nem os sobrinhos até hoje não me deram problemas. Penso que isso se deve em grande parte ao excelente relacionamento que sempre tivemos.

Com efeito, valeu a pena o investimento afetivo no acompanhamento deles, apesar de ter de fazer malabarismo para conciliar o entrosamento familiar com trabalho e os estudos.

O resultado foi extremamente positivo, pois nem mesmo a dissolução conjugal com a mãe de meus filhos, que coincidiu com a perseguição implacável que sofri na vida profissional, foi capaz de abalar o meu relacionamento com eles. Inclusive, próximo ao fim do enlace matrimonial, mais uma filha veio integrar a prole. A pequena Laíssa é o meu xodó.

ACEITANDO OS PREJUÍZOS

Outra estratégia mental diz respeito ao consolo diante de um fato ruim inesperado. Em 1997, comprei um Vectra que era lançamento, com novo *design* e *top* de linha na época. Poucos meses após a compra tive a infelicidade de sofrer um acidente, quando um Opala velho ingressou na pista que eu estava trafegando. Fiquei muito chateado, mas logo me conformei imaginando que o acidente poderia ter sido pior.

Em vez de ficar lamentando o ocorrido, imaginei que tive "sorte", pois ninguém saiu ferido. Minha mãe, que estava no banco do carona, saiu ilesa, apesar da violenta batida.

Com essa estratégia mental me conformei diante do fato inesperado, encarando o imprevisto como um acontecimento comum. Aliás, logo após o acidente, lembrei-me das estatísticas e imaginei que naquela hora em algum lugar certamente alguém acabara de morrer vitimada por acidente de veículo, portanto eu estava com "sorte" por ter sofrido somente prejuízo material.

Nesta estratégia, deve-se construir mentalmente uma situação bem pior e depois compará-la com o caso ocorrido, convencendo-se de que "deu sorte", pois o fato ruim poderia ter sido pior. Esse exercício mental

alivia o sofrimento e faz a pessoa não entrar em desespero e, muitas vezes, até cometer uma loucura. Todos sabemos de pessoas envolvidas em acidentes que, descontroladas emocionalmente, agrediram-se, e houve casos até de assassinatos.

Há pessoas que, em vez de procurar reduzir o sentimento de perda, fazem o contrário, ficam remoendo o episódio, lamentando que não mereciam aquele prejuízo e até se penitenciando. Isso, além de não ajudar em nada, pois não vai desfazer o ocorrido, só causa mais sofrimento.

A estratégia baseia-se na realidade, assim como o é a inteligência emocional. Não adianta se desesperar porque o desespero não vai resolver o problema, pelo contrário, vai prejudicar e muito. Essa é a realidade. Assim, não adianta chorar pelo leite derramado, o que se deve fazer é buscar minimizar o estrago e tomar precaução para que o fato não se repita. Utilizar o fato indesejado como experiência de prevenção. O mesmo ocorre com uma reprovação em um concurso ou vestibular. Não adianta ficar lamentando os erros cometidos na prova, as “bobeiras” etc. O que se deve fazer é tomar como exemplo os erros para não errar novamente.

Certa vez um amigo foi reprovado na prova de sentença para juiz federal. Ele fez boa prova e iria passar, mas, por descuido e inexperiência, esqueceu de ler que não devia assinar e assinou a prova de sentença (isso é proibido para evitar identificação da prova e prevenir fraude). Por causa desse vacilo, ele foi reprovado.

A reprovação parece que lhe condenou a uma vida de tristeza. Ele não parava de pensar na bobeira que cometeu e tornou-se um “morto vivo”. Para tudo o que era convidado ele recusava, sua aparência era péssima. Então eu o chamei e fiz a seguinte pergunta:

– Caso você continue do jeito que está, conseguirá fazer o tempo voltar, para não praticar o erro cometido? Ou então, caso você continue desse jeito, a banca examinadora irá reconsiderar a sua reprovação? Claro que não.

– Então, meu amigo, seja profissional. Assimile a derrota. Você cometeu um erro, mas o mundo não acabou. Ademais, quem nunca errou? Lembre-se daqueles que erraram e não tiveram mais oportunidade. Quantos pilotos erraram e morreram no acidente. Você deu sorte, pois terá muitas oportunidades.

> Levante a cabeça e continue a vida, porque o tempo passa rápido demais. No próximo concurso, você não cometerá o mesmo erro. E mais. Se passou agora, no próximo passará melhor classificado. Apague da sua mente a reprovação, fale para você mesmo que aprendeu a lição e que não voltará a incidir no mesmo erro, que jamais desistirá do seu objetivo, ao contrário, estudará ainda mais para passar melhor classificado.

Ele ouviu as minhas palavras e no próximo concurso passou e muito bem classificado. Conselhos desse tipo já dei a várias pessoas, inclusive para mim mesmo, e todos deram certo. A pessoa tem que saber ser profissional em tudo, inclusive na derrota, pois ela faz parte do jogo, e a inteligência emocional nos indica que a derrota é só um detalhe para se chegar à vitória. Nesse diapasão, volto a lembrar as sábias palavras de Henry Ford: "***O fracasso é a oportunidade de recomeçar, com mais inteligência e redobrada vontade***".

São várias as situações da vida em que as estratégias mentais defensivas ajudam, e, quanto mais praticá-las, mais criativo se fica. Por exemplo, suponhamos que a pessoa perca o emprego ou sofra outro tipo de problema de ordem profissional, financeiro ou sentimental. Basta fazer uma visita a um hospital de doentes terminais e comparar mentalmente sua situação com a daquelas pessoas. Verá que o seu problema é bem menor. Se não quiser sair de casa, basta ligar a televisão e assistir, por exemplo, ao desespero de pessoas, vítimas de tragédias, que perderam tudo o que tinham.

Nesse tipo de estratégia mental defensiva, procura-se uma forma de se confortar diante de uma situação ruim; por isso, mentalmente, concentra-se em uma situação pior e se compara, verificando que está em melhor condição. Isso conforta a pessoa e faz com que ela não se desespere.

A comparação é sempre relativa; assim, se alguém sofreu um prejuízo, sentirá alívio, comparando a sua situação com a de pessoas que perderam tudo, atingidas, por exemplo, por ciclones, terremotos, desabamentos etc. Por outro lado, as pessoas que perderam tudo, ao virem que muitas morreram, sentir-se-ão aliviadas por estarem vivas.

A vida é cheia de problemas e todo mundo os tem, uns menos outros mais. É preciso saber administrá-los, procurando resolver da me-

lhor forma possível, os que podem ser resolvidos e aceitar, reduzindo ao máximo as consequências, os que não podem ser resolvidos. Não devemos esquecer de que, se temos problemas, é porque estamos vivos. E, enquanto há vida, há esperança; logo, não devemos nos desesperar, até porque o desespero só faz atrapalhar.

As pessoas que conseguem sobreviver em tragédias, como naufrágios, incêndios, acidentes aéreos etc., geralmente são as que não se desesperaram, e fizeram uso da inteligência para sobreviver. E a inteligência que melhor funciona na hora do perigo é a emocional.

Por outro lado, sei de pessoas, cujos problemas não eram grandes, mas passavam o tempo todo reclamando e acabavam vivendo mal. Depois foram vítimas de acidentes graves, sobreviveram e, embora precisando de locomoção sobre uma cadeira de rodas, paradoxalmente, passaram a viver melhor. Isso ocorreu por que, mesmo sem saber, elas desenvolveram a inteligência emocional para se adaptarem à nova realidade. Quem desenvolve a inteligência emocional não se abala com os problemas, e aproveita melhor a vida.

Uma das principais estratégias orientadas pela inteligência emocional é a ignorância às coisas ruins, por maiores que sejam, e valorização das coisas boas, por menores que sejam. Claro que como essa inteligência é prática, o indivíduo é levado a tentar resolver os problemas, mas, se não conseguir, simplesmente os ignora, assim não sofre.

Já passei por situações terríveis na vida, mas nunca precisei de remédio tarja preta para dormir. Aliás, paradoxalmente, eu durmo melhor quando estou com problemas para resolver, pois sei que depois de boa noite de sono, no outro dia, muitas vezes, a solução surge na mente como um passo de mágica. É incrível como isso acontece. Antes de eu agir, mentalmente analiso os prós e os contras e só parto para a ação depois de ter analisado cuidadosamente todas as possibilidades. Essa mentalização, como será visto mais adiante, serve também para estudar e para fazer provas.

Quando me deparo com situações em que não vislumbro solução imediata, procuro ocupar o pensamento com coisas boas. Isso objetiva facilitar o sono, pois sei que no outro dia, com a mente descansada, a solução vai aparecer. E geralmente aparece. Quando depois de muito pensar não encontro solução, procuro minorar ao máximo as consequências negativas, e apagar da mente o problema não resolvido, sem o ficar

remoendo. Assim eu não sofro e, por isso, aproveito melhor a vida, pois me foco nas coisas boas, e ignoro as ruins.

Mas atenção! A estratégia mental defensiva, que se compara com pessoas em situação pior, deve servir para aliviar um sofrimento, em situação momentânea de dificuldade. Assim, se você perdeu o emprego, para não se desesperar, pense nos moradores de rua que sequer têm um teto para dormir e você tem a casa dos pais para morar. Na vida normal não se deve pensar assim, pois irá se acomodar, porquanto sempre há pessoas em situações piores, e o indivíduo deixa de progredir. Em situação normal, a estratégia mental deve ser ao contrário, isto é, observa-se quem está em situação melhor e exercita o seguinte pensamento: ***se ele conseguiu, eu também posso conseguir.*** Ressalto, todavia, que a inteligência emocional é voltada para a prática, portanto, quando se pensa em alguém que está em situação melhor, o parâmetro serve para o estímulo (motivação), mas não se deve ficar apenas na imaginação, no desejo. É preciso ação.

Com efeito, a minha história de vida serve para mostrar aos concurseiros que, mesmo alguém que veio lá debaixo, enfrentando situações extremamente adversas, é capaz de passar em qualquer concurso, por mais difícil que seja. A história em si serve como estímulo. Porém, não basta só isso, é preciso estudar e muito, colocando em prática as estratégias de estudo que podem ser as que ensino ou outras que o interessado considere melhores ou ambas. Por exemplo, no livro **"Como estudar para concursos"**, do Alexandre Meirelles, editora Método, há várias técnicas que podem ser associadas às que ensino neste livro.

A busca de estímulo e a colocação em prática de estratégias é que desenvolvem a inteligência emocional. Isso serve para tudo, pois ela é muito dinâmica e faz a diferença. O desenvolvimento da inteligência emocional faz a pessoa comportar-se de forma "fria e calculista" (no bom sentido), pois não se abala emocionalmente e o seu raciocínio de grande observador (a inteligência emocional ancora-se muito na observação) fluirá sem embaraço.

Mais adiante falarei sobre a estratégia mental ofensiva, que é ferramenta importantíssima para equilibrar emocionalmente a pessoa na hora de uma prova ou de uma disputa qualquer. Essa estratégia visa a dar tranquilidade, deixando o indivíduo "sem nervos" na hora em que precisa mostrar conhecimento. Há estudantes que sabem muito, mas na

hora de fazer a prova o nervosismo tira a concentração e aí sofrem do famoso "branco" ou então se confundem e acabam se dando mal, quando poderiam ter resultados altamente positivos, se não tivessem perdido o controle emocional.

O manejo das estratégias mentais defensivas e as estratégias mentais ofensivas é importantíssimo para enfrentar a dureza da vida, sobreviver e vencer em um mundo altamente competitivo. Sou do tipo que testo tudo e só desisto depois que vejo não funcionar. O livro "O Segredo", assim como o filme, diz que a pessoa é capaz de conseguir tudo o que desejar. Eles bombardeiam as pessoas com inúmeras mensagens otimistas, mas não explicam, na prática, como agir.

Ocorre que sou curioso e determinado em procurar fazer tudo o que possa me ajudar; por isso, tentei colocar em prática o que o referido livro diz, mas não logrei êxito. Se alguém teve proveito, por favor, entre em contato comigo (*manoelpastana@globo.com* ou *escritor@manoelpastana.com.br*) e me diga como procedeu, pode ser que eu não tenha utilizado corretamente a "Lei da Atração" que, segundo aquela obra, seria a base do sucesso. Muitas vezes sou irônico, mas o pedido que ora faço é sem ironia, pois gostaria de saber se realmente funciona e, caso positivo, como funciona essa "lei" que o referido livro e o filme exaltam.

Procuro ler tudo sobre o que possa ajudar a superar a dureza da vida e gostei muito do trabalho do psicólogo Daniel Goleman. Ao ler o seu livro "Inteligência Emocional" impressionei-me porque já a exercitava, embora sem saber que ela sequer existia.

Depois que tomei conhecimento do assunto resolvi desenvolver métodos próprios que partem do mesmo princípio. O princípio básico da inteligência emocional é o domínio da emoção. A emoção é igual à dor: é preciso dominá-la. Quanto à dor, a Medicina está super avançada, pois há remédios que causam alívios imediatos, bem como existe a própria anestesia, que permite o ser humano ser retalhado sem sentir absolutamente nada. Já pensou quando não existia anestesia, como as pessoas sofriam para fazer uma cirurgia simples?

O próprio cérebro trabalha para nos proteger de uma dor intensa. Por exemplo, se uma pessoa levar uma pancada muito forte, ela desmaia e não sente dor alguma e acaba nem se lembrando de nada. O piloto Felipe Massa, em 2009, tomou-lhe no rosto um violento golpe, decorrente de uma peça que se desprendeu do carro de Rubens Barrichello. O Massa

disse que não se lembra de nada. Se por acaso ele não tivesse desmaiado, certamente teria sofrido muita dor, pois o impacto foi violento.

O nosso cérebro também nos protege de um emoção violenta. É difícil alguém que ainda não tenha visto pessoas desmaiando quando se deparam com uma cena muito forte, geralmente acontece com mães, quando veem seus filhos mortos de forma trágica. Isso é uma defesa do cérebro que funciona da mesma forma como se estivesse diante de uma situação que provocaria muita dor.

Pois bem, em relação à dor, a Medicina está muito evoluída, mas não está em relação à emoção. Exceto os remédios de tarja preta, cujo efeito colateral, muitas das vezes, é pior do que a própria emoção ruim. Ademais, não existem remédios que aliviem os efeitos de uma emoção negativa, como existe para o caso da dor. E o pior é que as situações que envolvem emoções são mais comuns do que os casos de dor.

As estratégias mentais defensivas funcionam como um analgésico para aliviar uma emoção negativa, para que a pessoa não sofra muito diante de uma situação ruim. É que o sofrimento só trará mais sofrimento, muitas vezes levando à depressão, estresse profundo e até ao desespero.

O descontrole impede que a pessoa reaja com serenidade e consiga enxergar solução para o problema. Vários canais de televisão mostraram o desespero de uma mulher jovem, bonita e culta (médica) por ter perdido o voo, que a levaria para o exterior em viagem de lua de mel.

A mulher, totalmente desequilibrada emocionalmente, invadiu a área reservada do aeroporto, agrediu verbalmente os funcionários e, entre outras coisas, quebrou o computador da empresa aérea responsável pelo voo. Os apelos do marido não a fizeram sair do recinto interno do aeroporto, e ele teve que tirá-la à força. O caso, registrado em vídeo, foi parar em uma delegacia de polícia e deve ter chegado aos tribunais, pois, além do crime de dano, foi atribuída à mulher a prática de racismo, por se referir pejorativamente à cor de um funcionário da empresa aérea.

Ela ficou descontrolada por que chegou na hora do embarque e o *check-in* já havia encerrado. É comum perder o voo nessa situação, é por isso que se deve chegar com certa antecedência. O pior é que muitas vezes chega-se com antecedência e o voo atrasa e, justamente, no dia em que se chega em cima da hora do embarque o avião não atrasa e perde-se a viagem.

Quando isso acontece, a estratégia é tentar embarcar, utilizando-se dos mais variados argumentos, mas sem "carteirada" (houve um General que fez isso, parou o avião, mas teve muitos problemas depois). Caso não seja possível viajar naquele voo, procure outro horário ou dia para viagem e como estratégia mental, lembre que muitos já se salvaram por que perderam a hora do embarque.

A estratégia funciona mesmo depois de saber que o avião chegou ao local sem problemas (não é para ficar torcendo pela queda do avião), pois, quando isso acontecer, a pessoa já estará conformada e, caso ainda não esteja, imagina-se que a perda do voo pode ter servido para livrá-la de um acidente, assalto ou outro problema, que poderia acontecer no local de destino, caso tivesse viajado na hora programada. O importante é procurar uma forma para amenizar a situação e não sofrer desnecessariamente, até porque o que aconteceu, já aconteceu e pronto. O desespero não resolverá nada, só trará mais problemas.

Deve-se pensar que, independentemente de qualquer coisa, a vida continua e que pode ser bela e sorridente para quem sabe vivê-la. Viver bem é aproveitar bastante as coisas boas, mesmo as consideradas pequenas, e não dar importância às ruins, mesmo as grandes.

Capítulo

ESTRATÉGIA MENTAL OFENSIVA

Para ser um vencedor nos estudos é preciso estudar com eficiência e ter tranquilidade na hora da prova.

Geralmente, as questões de concursos apresentam níveis diferenciados de complexidade. Se o candidato estiver nervoso, terá dificuldades para resolver as perguntas mais complexas, porquanto estas reclamam concentração e raciocínio aguçado, e o nervosismo acaba reduzindo a capacidade de concentração e de raciocínio criativo. Ademais, dependendo do grau de nervosismo, o candidato acaba errando até questões fáceis.

O "piripaque" que descontrola a pessoa na hora da prova também é comum em competições esportivas, principalmente quando o competidor é apontado como favorito. Por exemplo, na última corrida de Fórmula 1 do ano de 2007, o jovem piloto inglês Lewis Hamilton perdeu o título de forma infantil.

Ele surpreendeu o mundo com seu talento. Hamilton tornar-se-ia o primeiro piloto negro a ganhar um título de Fórmula 1 e, além disso, a façanha seria ainda maior pelo fato de ser estreante nessa modalidade esportiva extremamente competitiva. Para isso, bastaria o veloz piloto chegar até em sexto lugar, missão facílima para quem passou a temporada subindo ao pódio. Porém, justamente na última corrida, Hamilton se atrapalhou todo, errou até a troca de marcha e perdeu o título de forma melancólica, chegando em sétimo lugar.

Esse problema costuma acontecer justamente quando se tem mais chance de vencer. Se fizermos uma retrospectiva, veremos que praticamente todas as vezes que a seleção brasileira foi para a Copa do Mundo como favorita, voltou derrotada.

Todas as pessoas estão propensas a esse tipo de problema, mas parece que os brasileiros são os mais atingidos. Se os nossos atletas conseguissem administrar a situação, o número de medalhas em competições internacionais seria bem maior. Na disputa por pênaltis com o Paraguai pela Copa América em 2011, os jogadores brasileiros perderam todos os pênaltis. Ou eles são extremamente ruins ou foram dominados pela emoção, fico com esta última hipótese.

Senti esse problema na própria pele e descobri uma forma de "imunização". Vou contar a história ocorrida comigo e depois explicarei como funciona o procedimento, que assegura a vitória ao melhor, ou seja, colocando-se em prática a estratégia, o melhor sempre vencerá, pois o que leva à derrota é o nervosismo da disputa.

Pois bem, quando estava cursando faculdade, sofria críticas e gozações de alguns colegas de trabalho na Aeronáutica. Eles falavam que eu estaria gastando dinheiro e tempo fazendo um curso superior para continuar do mesmo jeito, como sargento.

Todos os dias apanhava o ônibus da Aeronáutica e na viagem até o local de trabalho ia lendo sobre assuntos jurídicos. Enquanto isso, os críticos de plantão, que também utilizavam o mesmo transporte, aproveitavam a viagem para fazer comentários sobre casos de colegas que fizeram a mesma coisa e não conseguiram nada.

Diziam que teve gente que teria perdido até a mulher, pois, enquanto estava na faculdade à noite, ela ficaria sozinha e supria a falta do marido estudante com o vizinho solteiro, que ficava disponível na hora em que aquele estava ocupado com os estudos. Isso era motivo de grandes gargalhadas, deixando evidente que eu e outro colega de faculdade e de farda, que também usava a mesma condução, éramos os alvos dos comentários proféticos. Hoje o colega é Promotor de Justiça em Brasília.

Silenciosamente, eu jurava que o meu diploma não ficaria sem utilidade. E mais: teria de usá-lo assim que me formasse e o mais breve possível, sob pena de ter de suportar aqueles "profetas do fracasso" com mais veemência, porquanto certamente, se eu continuasse na mesma situação após a formatura, eles diriam que teriam acertado na previsão.

Assim que me formei, em 1992, abriu o concurso para o Tribunal Regional Federal da Primeira Região. Fiz a inscrição para oficial de justiça. A escolaridade era o bacharelado em Direito.

A pressão que sentia para passar no concurso era muito grande, pois, além da necessidade de provar para meus críticos que faria uso do diploma, na faculdade eu era considerado "CDF" ("cabeça de ferro" ou "crânio de ferro"), que é o aluno que estuda muito, meio parecido com o "nerd". Dizem que Bill Gates era um "CDF" e seria dele a frase: ***"Não desrespeite os CDFs, pois amanhã ele será o seu chefe"***.

Assim, o meu nome era muito visado e, se não saísse na lista dos aprovados, decerto seria objeto de comentários e de críticas (isso era o que eu imaginava). Ademais, precisava urgentemente aumentar o salário, bem como queria logo exercer função privativa de bacharel em Direito para contar tempo de prática forense e poder fazer outros concursos que exigiam tempo de exercício jurídico.

Com efeito, teria de passar no concurso de qualquer jeito e nem poderia pensar na hipótese de ser reprovado. Com essa ideia, parti para os estudos com todo o gás. Estudava até altas horas da noite, mormente porque via a luz acesa do apartamento do colega militar que havia se formado junto comigo, que também faria o mesmo concurso. Imaginava que se ele passasse e eu reprovasse a gozação seria ainda pior.

Além do desejo de derrotar os meus críticos, imaginava como melhoraria a minha vida trabalhando na área jurídica e ganhando mais. Isso me fazia estudar com tanta determinação que nem sentia o cansaço.

Rapidamente chegou o dia do concurso. A prova foi realizada em Brasília e era o meu primeiro concurso depois de formado em Direito.

Surpreendeu-me a quantidade de gente e, principalmente, a pose dos concorrentes. Muito bem vestidos, alguns com óculos que denotavam intelectualidade. O amplo estacionamento do local das provas ficou lotado por carros novos e bonitos. Senti-me um "Zé Ninguém" com o meu carrinho velho no meio daquela gente de aparência aristocrática (o pessoal da área jurídica geralmente tem esse perfil).

Assim que cheguei ao recinto da prova, uma grande dor de barriga me atacou e saí desesperado à procura de um banheiro, e acabei furando a fila, plenamente justificado pelo estado de necessidade. Tanto era o medo de não passar que cheguei a pensar em desistir da prova e depois alegar que teria perdido o horário.

Quando ingressei na sala de prova, o meu estado era deplorável. Suava exageradamente, a camisa ficou ensopada. O medo do insucesso

era muito grande e imaginava que se isso viesse a ocorrer minha vida estaria arruinada.

Ao começar a ler a prova, a situação piorou e fiquei em dúvida logo na primeira pergunta. O nervosismo me atingiu de tal forma que nem conseguia ler direito. As letras pareciam embaralhadas e fugiam do foco de minha visão.

O fiscal, percebendo o meu estado caótico, perguntou se não queria ir ao atendimento médico. Por alguns minutos fiquei indeciso sobre o que fazer.

Depois comecei a me questionar o motivo de estar com tanto medo de não passar (na hora, lembrei de um acontecimento que depois conto). Então concluí que se não passasse não teria obrigação de dar satisfação a ninguém, e para evitar os meus críticos (gozadores), no caso de eventual insucesso, não usaria mais o ônibus da Aeronáutica, pois, com a conclusão do curso universitário, o dinheiro da mensalidade sobrava no orçamento e poderia ir de carro para o serviço.

Ademais, aquele era apenas o primeiro concurso e poderia passar em outros que, certamente, aconteceriam no futuro.

Quando pensei dessa forma, parece que tirei um caminhão de cima de mim. Pedi para ir ao banheiro, meti a cabeça debaixo da torneira e despejei bastante água, que parecia estar lavando o cérebro e a alma.

Retornei para a sala com o pensamento de que faria o que sabia e não estava nem aí com o resultado. Recomecei a leitura e logo descobri onde estava o problema da primeira questão, de forma que afastei a dúvida verificada na primeira análise, quando ainda estava descontrolado.

Fui resolvendo a prova e achei muito fácil. Havia questões que achava tão fáceis que chegava a analisar várias vezes, desconfiado de que poderia haver algum "pega", e realmente algumas continham as famosas "cascas de banana".

A prova era de múltipla escolha e, depois de revisar cada questão, passei as alternativas para o cartão de resposta como se estivesse fazendo um simples exercício, ou seja, o nervosismo havia desaparecido.

Ao término, sabia que tinha feito boa prova e acreditava que poderia passar dentro do número de vagas. Saí confiante, mas sem euforia. O que me animava eram os comentários de alguns daqueles que antes me assustaram pela aparência, indicando que a pose era maior do que o conhecimento.

Confiante, fiquei aguardando o resultado. Alguns dias depois, saiu a relação de aprovados e o meu nome estava lá: em primeiro lugar.

Aquele primeiro lugar me proporcionou tomar posse no Superior Tribunal de Justiça (STJ). É que, na época, o STJ não possuía oficiais de justiça no seu quadro de funcionários, por isso, solicitou ao Tribunal Regional Federal da Primeira Região a cessão de dois candidatos aprovados no referido concurso. Assim, eu e o segundo colocado nos tornamos os primeiros oficiais de justiça daquele Tribunal Superior.

APRENDENDO A VENCER O MEDO

A experiência vivida no primeiro concurso, enfrentado logo após a conclusão do curso superior, foi marcante, pois quase fui reprovado por causa do extremo nervosismo na hora da prova. Depois que recuperei o equilíbrio emocional, tomei conta da situação, fiz uma excelente prova e passei em primeiro lugar. Minha salvação foi que lembrei de um episódio que tinha ocorrido há bastante tempo.

Em 1983, eu era aluno da escolar militar em Guaratinguetá e surgiu a oportunidade de tirar a carteira de habilitação. Para alguém como eu que nunca sequer ligara um carro, a chance era mínima, quase nula. É que a preparação para o teste limitava-se a 10 horas de treinamento em um veículo para dois alunos, assim, cada um treinava apenas cinco horas.

O meu parceiro de aulas dirigia desde guri. Ele, inclusive, tinha carro no Rio de Janeiro, só não possuía carteira. Eu comecei do zero e procurei aproveitar ao máximo o curto treinamento. O instrutor me deu mais umas duas ou três horas extras.

No dia da prova, estava consciente de que minha chance de passar era mínima, quase zero. Por outro lado, o meu companheiro de aulas tinha todas as possibilidades, pois dirigia muito bem. Ele foi o primeiro a submeter-se ao exame e passou no teste de trânsito. Porém, em seguida, no teste da rampa (controle de embreagem), o rapaz não conseguiu sincronizar os pés no pedal da embreagem e no do acelerador.

O nervosismo impediu que ele fizesse o que fazia com bastante facilidade na hora do treinamento; daí, não obteve êxito em fazer o carro ficar parado sobre a rampa acentuada. Os rigorosos examinadores

ainda lhe deram duas oportunidades (coisa rara), mas ele fracassou e foi reprovado em um exame que tinha tudo para passar, se não fosse o seu extremo nervosismo.

Após a reprovação do colega, aí é que perdi qualquer esperança de passar, pois, se ele que dirigia bem foi reprovado, imagine eu que tive poucas horas de aula e antes nunca havia dirigido um carro? Entrei no veículo dos examinadores, que não era o mesmo que treinei, sem nenhuma expectativa de sucesso. Fiz o teste de trânsito, passei. Fiz o teste da embreagem (rampa), passei. Fiz o teste da baliza, passei. E mais outros testes que não lembro o nome e que hoje nem se fala mais.

No final, após a aprovação em todos os testes, o instrutor estava impressionado com a minha performance, pois fui melhor do que nos treinamentos. Ele me confidenciou que não acreditava na minha aprovação. Disse-me que não tinha nenhuma dúvida de que o outro aluno passaria, mas imaginava que eu seria reprovado.

Fiz os testes com bastante traquilidade porque não estava nervoso. É que eu não acreditava que fosse passar, assim, fiz o exame sem medo de ser reprovado (eu não tinha nada a perder). E mais: como não estava nervoso, após passar no primeiro teste (era o mais fácil), adquiri confiança e fui em frente com segurança, por isso me saí melhor do que nos treinamentos.

O colega ficou nervoso porque ele já dirigia há tempo e precisava muito da carteira de habilitação, por isso se achou na obrigação de passar. Na sua mente, a reprovação não era aceita em hipótese alguma. Isso lhe provocou nervosismo, as pernas tremeram e ele não conseguiu equilibrar os pés na embreagem e no acelerador ao mesmo tempo.

Em 1992, quando eu estava fazendo o meu primeiro concurso, após a formação universitária, senti a mesma coisa (ou mais) que o colega do exame da carteira de habilitação. Isso porque, além de eu ter sido considerado um aluno "CDF", durante a faculdade, estudei muito para aquele concurso, então a reprovação era algo que não aceitaria de jeito nenhum.

Sentia arrepios só de imaginar a gozação que sofreria de meus críticos, caso fosse reprovado, sem contar a decepção que provocaria nos meus parentes e amigos (isso na minha imaginação). Esse pensamento me desequilibrou emocionalmente e arruinou os meus nervos, deixando-me em estado deplorável, conforme relatei anteriormente.

Ainda bem que lembrei do episódio da reprovação do meu colega no exame de motorista e concluí que a minha situação, cerca de 10 anos depois, era a mesma dele. Daí, procurei uma forma de não incidir no mesmo erro dele.

Para tanto, mentalizei que a reprovação não seria o fim do mundo, que as consequências não seriam ruins do jeito que imaginei inicialmente e que não estava nem aí se fosse reprovado. Com isso, tornei-me outra pessoa. Na verdade, não me tornei outra pessoa, voltei a ser eu mesmo, e pude colocar em prática tudo o que tinha estudado e foi uma barbada. Achei as questões fáceis e o primeiro lugar do concurso veio como consequência natural do bom desempenho, após recuperar o domínio emocional.

Nessa experiência descobri a fórmula da estratégia mental ofensiva, depois só fiz aperfeiçoar. Trata-se de um preparo mental fantástico que elimina o embaraço emocional na hora de uma competição.

Para facilitar o entendimento, lembro que a estratégia mental defensiva serve para amenizar um sofrimento já ocorrido para que a pessoa não entre em depressão ou sofra desnecessariamente. Por exemplo, se bateu o carro, em vez de ficar lamentando, mentalize que o acidente poderia ter sido pior, com isso tira de letra o acontecimento desagradável.

A estratégia mental defensiva também se aproveita para enfrentar um problema que está acontecendo, exemplo da fila, do congestionamento ou da perda de emprego. Já a estratégia mental ofensiva serve para enfrentar um problema futuro: o receio de ser reprovado em um concurso público ou o medo de perder uma competição.

O objetivo da estratégia mental ofensiva é promover o equilíbrio emocional da pessoa na hora de fazer uma prova ou no momento de uma competição. Geralmente, o problema acontece quando se tem real chance de vencer ou de passar na prova. Um candidato despreparado, que não vislumbra possibilidade de passar, dificilmente ficará nervoso na hora da prova. Algumas vezes, o candidato despreparado acaba passando (foi o que aconteceu comigo, quando tirei a carteira de motorista), enquanto que o preparado termina reprovando. O emocional reprova o candidato preparado.

A estratégia mental ofensiva em uma prova proporciona condições de uma pessoa superar o desempenho de uma máquina. Explico. Se

alimentarmos um computador com as informações de um livro e depois fizermos perguntas sobre o conteúdo daquela obra, a máquina acertará todas as questões relacionadas diretamente ao que foi armazenado na memória, mas não será capaz de responder outras que dependam de raciocínio criativo que fuja da lógica, ainda que estejam relacionadas com o conteúdo do conhecimento armazenado.

Em um concurso, as questões devem ser formuladas de acordo com o edital. Caso haja perguntas estranhas ao conteúdo divulgado, a questão é passível de anulação. Já vi muita reclamação de candidatos, alegando que a prova continha perguntas que não tinham sido relacionadas no edital. Geralmente, as questões que os reclamantes alegam que não estavam consignadas no edital são aquelas que necessitam de raciocínio profundo, que não está explícito no conteúdo do edital, mas têm pertinência com o assunto.

Assim, se alimentássemos um computador com o conteúdo do edital de um concurso, com certeza a máquina se sairia bem na prova, mas não acertaria todas as questões. Decerto erraria aquelas que exigissem raciocínio que desafiam a lógica, cujo conhecimento não estivesse diretamente relacionado ao conteúdo armazenado. Se alimentássemos outro computador com os mesmos dados e para fazer a mesma prova, as duas máquinas tirariam uma nota idêntica. Isso aconteceria porque, obviamente, nenhuma delas sofreria influência emocional. O computador não ficaria "nervoso" na hora da prova, mas simplesmente resolveria as questões sem qualquer influência emotiva.

Agora, suponhamos que uma pessoa estudasse muito, empregando técnicas de estudo eficientes e assimilasse idêntico conhecimento que os computadores armazenaram e fizesse a mesma prova. Caso essa pessoa fosse acometida de extremo nervosismo, decerto seria reprovada. Não conseguiria tirar sequer a nota mínima. Começaria tendo problemas até para ler as perguntas, teria dificuldades para interpretá-las e ainda que passasse por essas fases, não saberia respondê-las, pois o nervosismo bloquearia o conhecimento, confundindo respostas fáceis, bem como trazendo à baila o famoso "branco" (amnésia temporária), entre outras coisas. Seria uma tragédia.

Caso o nervosismo não chegasse ao extremo, o desempenho certamente seria melhor. Porém, ainda assim, teria embaraços proporcionais ao seu estado emocional, podendo se confundir nas respostas, bem como sofrer "branco".

Agora, imaginemos que o sujeito sofresse de um "nervosismo controlado". Daquele tipo que está nervoso, mas parece que não está. Ele acredita que esteja "tranquilo", mas a verdade é outra. Um sinal de que não estaria tão "tranquilo" é verificado depois, quando sai o resultado e constata que errou questões que sabia, mas "deu bobeira" (a "bobeira" não é por acaso, é fruto do nervosismo que o candidato pensa que não tinha).

Pela minha experiência, digo que a maioria dos candidatos em um concurso vai para a prova nessa situação. O concorrente imagina que está tranquilo, mas no fundo não está, ainda que seja inconscientemente, sofre abalo emocional, mesmo que seja pequeno. De alguma forma, seu sistema nervoso está fora do eixo.

Imaginemos que uma pessoa nessas condições, ou seja, com o "nervosismo controlado", consiga assimilar o mesmo conteúdo armazenado no computador. Decerto passará no concurso, mas seu desempenho será inferior ao da máquina, pois esta não sofre nenhum tipo de interferência de ordem emocional.

Por derradeiro, vamos supor que uma pessoa coloque em prática a estratégia mental ofensiva, certamente fará a prova sem nenhum embaraço de ordem emocional. Com efeito, digamos que o indivíduo assimile idêntico conhecimento armazenado no computador e coloque em prática a estratégia, submetendo-se à mesma prova. Sua nota será superior à da máquina, pois não sofrerá nenhuma interferência de ordem emocional.

O completo equilíbrio emocional que a técnica proporciona permite o raciocínio fluir sem embaraço e o indivíduo acertaria todas as questões que o funcionamento lógico do computador acertaria e mais as que a máquina não seria capaz de encontrar resposta. Isto é, também acertaria aquelas perguntas que desafiariam a lógica e que somente o raciocínio criativo do ser humano é capaz de descobrir, coisa que um programa de computador seria incapaz de fazer. Assim, um indivíduo que domine com segurança a técnica pode superar o desempenho de um computador.

O aspecto emocional tem fundamental importância no desempenho de um candidato na hora de uma prova. O elemento emocional é tão importante que atinge não só o psicológico, com bloqueios e outras

formas de embaraço de ordem psicológica e até o físico, resultando em dores de barriga, diarreia, desmaio, convulsão.

Na prática, observei que o aspecto emocional interfere mesmo quando a pessoa pensa que não sofre embaraço. Por várias vezes presenciei choradeiras de candidatos que erraram questões "por bobeira". "Errar por bobeira" é errar pergunta que se sabe. Alguns fatores contribuem para isso, como a falta de prática na resolução de provas de concurso, por isso é muito importante o estudante exercitar, resolvendo questões de provas passadas. Falta de atenção também contribui para esse tipo de erro. Porém, o fator mais importante para o "erro de bobeira" é o aspecto emocional.

Aquela "tensão normal" verificada em uma prova de concurso é suficiente para induzir o candidato a erro. É mais ou menos o que uma pequena quantidade de álcool faz nos reflexos de um motorista. O sujeito que tomou uns três ou quatro copos de cerveja imagina que está muito bem e que tem perfeitas condições de dirigir. Mas, na verdade, seus reflexos ficam comprometidos. Evidentemente que o comprometimento é proporcional à quantidade ingerida e à condição orgânica da pessoa. Porém, uma coisa é certa: o indivíduo não dirige da mesma forma como se não tivesse bebido nada. Sua performance no volante sofre influência negativa, sendo proporcional à quantidade de álcool no organismo.

O mesmo ocorre com o aspecto emocional na hora da resolução de uma prova. Qualquer tensão emotiva, por menor que seja, terá interferência negativa no desempenho do candidato. Carga emotiva, ainda que pequena, atrapalha a concentração e pode levar o candidato a confundir a resposta ou não desenvolver o raciocínio na sua plenitude.

A estratégia mental ofensiva tem a finalidade de proporcionar o perfeito equilíbrio emocional para que o indivíduo renda o máximo. O princípio da estratégia é muito simples: baseia-se na perda do medo do insucesso.

Saliento que esse medo só é sentido por quem tem chance de sucesso. Um sujeito que faz uma prova sabendo que não tem possibilidade de passar, ou seja, faz a prova apenas por fazer, não tem medo do insucesso. Ninguém tem medo de perder o que não tem.

Quanto maior for a chance de vitória, maior é o receio de perder e, consequentemente, maior o desequilíbrio emocional. Assim, sem preparação psicológica, tem-se uma equação suicida, pois quanto mais preparado

estiver o sujeito, maior será a chance de vencer, por isso, maior será o medo de perder. O medo de perder leva ao desequilíbrio emocional, que é altamente prejudicial a quem deseja vencer. Portanto, é imprescindível controlar o medo de perder.

A pessoa que sofre uma crise de nervosismo está com medo de perder e isso é decorrente de sua condição de favorita, ou seja, ela se acha na obrigação de ganhar de qualquer jeito, que só de pensar na hipótese da derrota se desequilibra emocionalmente. Durante a preparação ela acha que pode conseguir e estuda muito, mas quando chega na hora da prova fica com medo de reprovar e acaba se desequilibrando emocionalmente. Por outro lado, quem não se preparou, não sofrerá com o problema, pois não tem nada a perder.

No dia em que sofri com o nervosismo, quando comecei a pensar que se não passasse no concurso as consequências não seriam tão ruins como imaginava inicialmente, meu estado emocional mudou completamente. Ou seja, depois que afastei da minha mente a preocupação exagerada de ser reprovado, dominei a situação e pude colocar em prática o meu conhecimento e, como estava muito preparado, conquistei o primeiro lugar, pois resolvi a prova com tranquilidade, uma vez que os meus inimigos (meus próprios nervos) foram dominados.

Diante dessa constatação, descobri a fórmula da estratégia mental ofensiva: ***um pouco antes da disputa é só se preparar para aceitar a derrota. Trata-se de uma preparação mental, ou seja, imaginar que se acontecer o pior, isto é, não passar, o mundo não vai acabar e a coisa não será tão ruim.*** Com isso, afasta-se o medo de perder, o nervosismo desaparece e, se a pessoa estiver realmente preparada, passará.

A preparação para a derrota parece ser contraditória, pois o sujeito prepara-se para perder em uma situação em que o objetivo é vencer. De fato, o comportamento é paradoxal e funciona análogo ao efeito da vacina. Para uma pessoa ficar imunizada contra determinada doença é introduzido no seu corpo o vírus da própria doença, assim o sistema imunológico produz anticorpos que vão imunizá-lo.

Destarte, para não ter medo da derrota, que é a responsável pelo "piripaque" e atrapalha quem tem reais condições de vencer, é só "vacinar-se" contra o medo de perder e a forma para isso é a preparação psicológica para aceitar a derrota, caso ela venha a ocorrer.

É mais ou menos como ocorreria com uma pessoa que tivesse medo de altura e fosse convidada a atravessar uma rua larga sobre uma barra fixa de meio metro de largura, suspensa entre dois prédios de lados opostos da rua, a uns 100 metros de altura. É muito provável que a pessoa se recusaria a cumprir essa missão, pois o nervosismo lhe atingiria de tal forma, que suas pernas trêmulas não a deixariam equilibrar-se, ainda que quisesse.

A largura de meio metro da barra não seria nenhum problema para o equilíbrio, tanto que se a barra estivesse sobre o solo, a pessoa passaria sem problema, mas o medo da altura provocaria nervosismo e, consequentemente, a pessoa pensaria que não seria capaz de se equilibrar e, certamente, não conseguiria, pois suas pernas tremeriam tanto que a missão simples se tornaria impossível.

Todavia, se fossem armadas redes de proteção muito seguras por baixo da barra que garantissem ao sujeito que se ele caísse não sofreria nenhum dano, ainda que sofresse certo frio na barriga, a missão seria cumprida, pois o medo de cair seria reduzido a índices baixos e seus nervos não sofreriam igual à situação anterior, sem o sistema de proteção.

A estratégia mental ofensiva funciona como a rede de proteção. Quando a pessoa imagina que, se a derrota vier a acontecer, ela estará preparada para aceitá-la, lembrando que terá outras oportunidades, que muitos já passaram pela mesma situação e depois conseguiram, que a vida continua e que irá se preparar ainda mais para conseguir o êxito, o nervosismo desaparece. Claro que sobrará um "friozinho" na barriga, mas não o desespero do medo de perder. Aliás, o "friozinho" que permanece, sem a preocupação exagerada de perder, faz bem para o concurseiro, pois o fará prestar bastante atenção na hora das respostas.

Essa estratégia parece fazer milagre sobre os nervos, e faz, é só colocar em prática e acreditar. Não foi por acaso que, muitas vezes, superei candidatos que estavam bem mais preparados do que eu.

Mas atenção! O pensamento na derrota, que na verdade não é bem na derrota, mas nas consequências, isto é, que elas não serão desastrosas, só deve ocorrer um pouco antes da prova. Durante a preparação, o candidato deve pensar na obrigação de passar de qualquer jeito e não aceitar em hipótese alguma a reprovação. Mantém-se o pensamento de que a aprovação é um caso de vida ou morte. Para fomentar o estudo, deve pensar nos benefícios salariais, no prestígio do novo cargo, na

alegria que sua família e seus verdadeiros amigos terão por conta de seu sucesso.

Ao incorporar a obrigação de passar, o indivíduo terá força para estudar e resistir à preguiça e ao desânimo, bem como a vontade de trocar o estudo pelo futebol, novela, praia, balada etc. A obrigação que o indivíduo se impõe de conseguir o objetivo de qualquer jeito o faz dedicar-se com afinco aos estudos e quanto maior o esforço mais o tempo passa rápido, e logo chega o dia do concurso.

Um pouco antes de começar a prova, a pessoa deve fazer uma reflexão, ficar satisfeita pelo fato de ter empreendido ritmo bom de estudo, imaginando que conseguiu se disciplinar e se não der para passar naquele concurso outros virão e, certamente, terá mais chance, pois vai somar o que aprendeu até o momento com o que aprenderá depois.

A aceitação da derrota na hora da prova, eliminando-se da mente a obrigação de ter que passar, afasta o nervosismo que ataca a pessoa que está bem preparada, e ela põe em prática o que aprendeu nos estudos. E só não passará se não se preparou o suficiente, pois o nervosismo comum em tal situação não irá lhe atrapalhar.

Questão interessante é que a estratégia mental ofensiva retira o medo da reprovação, mas deixa leve receio (não chega a ser nervosismo), o que é muito bom, pois deixa o candidato mais responsável na hora de fazer a prova. Assim, caprichará nas respostas e não perderá questões por descuido, por excesso de confiança. É mais ou menos o que acontece com o orador responsável. Este, por mais experiente que seja, sofre um "friozinho" na barriga na hora do discurso; por isso, se preocupa com o que fala. Já o orador irresponsável não se preocupa com o que diz (acha que é muito bom) e acaba, muitas vezes, falando besteiras, que depois se arrepende.

A estratégia mental ofensiva pode ser empregada em qualquer tipo de competição ou teste. Por exemplo, há alguns anos interessei-me por moto e resolvi tirar minha carteira de motoqueiro. Fiz as aulas em uma autoescola e submeti-me ao teste prático. O exame foi realizado no Detran de Macapá (Amapá), cidade onde trabalhei por quatro anos como procurador eleitoral. No dia do teste, muitas pessoas curiosas que passavam pelo local resolveram "testemunhar" o meu exame. Se eu fosse me preocupar com as "testemunhas", certamente seria reprovado, até porque tive poucas aulas e não tinha muito domínio da moto.

Todavia, coloquei na mente que eu não tinha obrigação de passar naquele teste, até porque dirigir moto seria apenas um *hobby* e se não passasse daquela vez, passaria na outra, por isso não estava nem aí, se não passasse. Com isso fiquei bastante tranquilo, coloquei em prática o que tinha aprendido nos treinos e o resultado foi a aprovação.

Os jogadores de futebol em Copa do Mundo deveriam pensar (e saber) que estão disputando partidas de futebol e que, se não ganharem, o mundo não vai acabar. Eles deveriam pôr na cabeça que não são super-heróis e que, ganhando ou perdendo, a vida continuará. O problema é que eles valorizam o evento ao extremo e pensam que têm de ganhar de qualquer jeito, que a vitória os fará serem tratados como deuses do futebol. Esse pensamento é bom, pois dá ânimo para treinar, contudo, deve ser esquecido, pelo menos 24 horas antes de cada jogo.

O que deveria ser usado como estratégia mental ofensiva acaba sendo usado como estratégia mental defensiva. Explico. Depois da derrota, se vê jogadores acalentando uns aos outros, dizendo que "perderam apenas um jogo de futebol". Ora, isso, como vimos, é estratégia mental defensiva: depois de sofrido o prejuízo, relativiza-se a perda. Esse pensamento, ou seja, de que é "apenas um jogo de futebol", deve ser realizado antes do jogo, como estratégia mental ofensiva e não depois (como estratégia mental defensiva). Utilizado antes, como estratégia mental ofensiva, perde-se o medo de perder, o nervosismo desaparece, o talento aflora, e só perderá o jogo se o outro time realmente for melhor.

O "piripaque" geralmente ocorre em Copa do Mundo, mas também costuma acontecer em jogos importantes de outros campeonatos. O que se deve fazer é praticar bastante a estratégia para que o jogador atue como verdadeiro profissional e use na prática o seu talento, sem se deixar abalar pelo nervosismo do torcedor, que fica roendo a unha, com medo de seu time perder.

Por falar em torcedor, já fui fanático, mormente quando se tratava de Copa do Mundo. Em 1982, o Brasil, comandado por Telê Santana, desembarcou na Espanha como o franco favorito. Seu favoritismo aumentou ainda mais, após derrotar os três adversários na primeira fase e bater a Argentina no primeiro jogo da segunda fase. Estava tudo caminhando para a consagração da seleção, que encantou o mundo com um futebol envolvente e alegre, e só bastava empatar com a claudicante Itália, que se classificara sem ter conseguido vencer nenhum jogo na primeira fase

(empatou os três) e seus jogadores estavam "de mal" com a imprensa italiana.

O caminho estava livre, mas o Brasil caiu de quatro, ou melhor, de três (3 *x* 2), consagrando o então desconhecido Paulo Rossi, que fez os três gols italianos e eles ainda tiveram um gol anulado (por bondade do árbitro) no final do jogo, o que teria fechado quatro, mandando a "poderosa" seleção brasileira dos craques Zico, Sócrates, Falcão, Júnior, Toninho Cerezo, Leandro, Éder etc. mais cedo para casa.

Depois do fracasso foi só chorar junto com os nossos "canarinhos". Eles choravam pra lá e nós pra cá. Eu chorei que nem bezerro desmamado. Perdi o apetite e até a vontade de viver, por algum tempo. Em 1986 a situação se repetiu, chorei bastante, quando a França desclassificou o Brasil. Depois disso, vendo que já tinha muita coisa ruim para sofrer, criei vergonha na cara, resolvi me tornar um "torcedor profissional". Continuei e continuo gostando de futebol, porém nunca mais chorei por causa da seleção e sequer fico triste após uma derrota do time que torço.

Com efeito, nada senti com a derrota do Brasil na Copa de 1990. Vibrei e fiquei muito feliz quando ganhamos o Tetra, na Copa de 1994. Não chorei e sequer sofri, quando perdemos a Copa de 1998. Vibrei muito com a conquista de 2002. Não senti absolutamente nada com a perda de 2006 e até dei risadas com o fracasso de 2010, vendo o desespero de Dunga e seus comandados baterem cabeça, por falta de controle nos nervos.

A mudança no meu comportamento é que, a partir da Copa de 1986, passei a tratar o futebol como algo que deve dar alegria e não tristeza (já bastam os problemas que temos), assim só sou "apaixonado" por futebol quando o "meu" time ganha, mas quando perde, não dou a mínima. A estratégia mental que uso não vou revelar porque senão os jogadores vão me odiar.

Há torcedor que vive em função do futebol. Família, amigos, trabalho tudo fica em segundo plano. Ele não quer saber como o filho está na escola, se a saúde do amigo anda mal, se a empresa onde trabalha corre risco de falir. O que interessa para ele é a performance do "time do coração".

Bastante tempo antes da partida, ele não pensa em outra coisa, apenas no jogo. Na noite anterior nem dorme direito, ansioso para que a hora da partida chegue logo. Sua relação com o mundo pós-jogo fica

condicionada ao resultado do embate. Caso o "seu time" vença ele cumprimenta até as paredes; caso perca, briga até com os cachorros que encontre pela rua.

Fico com pena desses torcedores fanáticos, que esquecem de tudo para se entregarem de corpo e alma a torcer para que o "seu" time ganhe, e quando isso não acontece, sofrem muito. Eu também já passei por isso. Hoje futebol só me dá alegria, nada de sofrimento.

A aplicação da estratégia mental ofensiva pode ser feita de forma simples. Por exemplo, imagine-se, no final de uma Copa do Mundo disputada nos pênaltis, faltando um pênalti para cada lado. O treinador do time A vai e diz ao seu jogador: "Neste momento há três bilhões de pessoas te vendo, pelo amor de Deus não perca o pênalti". Já o outro treinador do B vai e diz ao seu jogador: "Bata do jeito que sabe, se perder, não tem problema, os melhores jogadores do mundo já perderam pênaltis".

A conduta do treinador do time A é absurda, pois só um louco iria bater um pênalti querendo errar; logo, por que pedir para não errar? Isso só iria provocar os nervos do jogador. A informação de que havia 3 bilhões de pessoas assistindo ao jogo e o apelo desesperado do seu técnico para não errar provocariam enorme pressão psicológica sobre o jogador, e a chance de acertar seria mínima, pois os nervos iriam trabalhar no lugar do talento.

Por outro lado, o treinador do time B, ao confortar antecipadamente o seu jogador, dizendo que caso ele perdesse o pênalti não teria problemas, lembrando que os melhores jogadores do mundo já perderam pênaltis, tiraria a pressão psicológica de sobre o jogador e a chance de ele acertar seria muito maior em comparação ao jogador do time A.

Exemplo de que o lado emocional atrapalha o desempenho é só comparar os pênaltis batidos nos treinamentos e os batidos nos jogos. Nos treinamentos acertam-se bem mais. A distância de uma trave a outra é de sete metros e meio por dois metros e quarenta de altura. Por maior que seja o goleiro, fica pequeno debaixo da trave. Além disso, ele não pode se mexer antes da batida na bola. Isso quer dizer que se o pênalti for bem batido, o goleiro não tem chance de pegar.

Aliás, a performance dos goleiros na cobrança de pênaltis é bem melhor nos jogos do que nos treinamentos. Já a dos batedores é bem melhor nos treinamentos do que nos jogos. Isso acontece por que o goleiro, na hora do jogo, não sente a responsabilidade de pegar como o

batedor tem de fazer; assim, juntam-se o nervosismo do batedor com a tranquilidade do goleiro, o resultado são pênaltis perdidos.

A pressão para que o atleta consigo o resultado de qualquer jeito funciona para esportes que exijam força. Por exemplo, uma corrida. Um corredor que esteja próximo da linha de chegada, disputando com um adversário o primeiro lugar, ao ouvir os gritos desesperados do seu treinador para não perder a corrida de jeito nenhum, certamente buscará força de onde não imagine ter mais, e poderá ganhar a corrida por conta disso. Agora quando o resultado depende do talento do atleta, como a batida de um pênalti em jogo importante, o apelo do treinador para que o jogador não perca a batida de jeito nenhum é suicídio.

A propósito, o futebol é considerado o esporte com resultado de maior imprevisibilidade, justamente porque é movido mais pelo talento do que pela força. Daí, o time melhor, não raras vezes acaba perdendo para o pior, porque se descontrola emocionalmente, e tenta ganhar na força. O outro time, que tem menos talento, mas melhor se controla, até porque não se sente na obrigação de ganhar, acaba ganhando. Isso aconteceu porque usa o seu talento, embora menor, e supera o outro que tinha maior talento, mas o nervosismo o impediu de usá-lo. O mesmo acontece em provas de concurso. Às vezes um candidato não muito preparado, mas tranquilo, acaba passando, e outro candidato bem preparado, porém sem controle emocional, termina reprovando.

Talento e raciocínio reclamam tranquilidade para serem utilizados com eficiência. Quando os nervos interferem, nem o talento nem o raciocínio funcionam bem. Por isso, a estratégia mental ofensiva é fundamental para manter o equilíbrio emocional, controlando os nervos, a fim de que o raciocínio e/ou talento sejam empregados da melhor forma possível.

Agora que já falei da estratégia mental defensiva e expliquei para que serve, assim como falei da estratégia mental ofensiva e disse a finalidade, sendo que ambas destinam-se a desenvolver a inteligência emocional, chegou a hora de dizer que essa inteligência, em última análise, é uma profissionalização das atividades do indivíduo. Explico. Ser profissional é ser racional e procurar o melhor dentro do possível. Sem deixar se envolver pela emoção. A seguir darei dois exemplos que explicam melhor.

Um advogado, ao assumir a defesa de uma causa, deve fazer o máximo em prol do cliente, obviamente que sem olvidar a ética da Advocacia.

Assim, ele deve estudar o processo, ir atrás de provas que favoreçam a defesa, formular teses defensivas e sustentá-las etc. Mesmo fazendo tudo o que estava ao seu alcance, se ainda assim o cliente for condenado, o advogado não deve sofrer e nem chorar junto com o condenado. Ele tem que ser profissional.

Outro exemplo, o médico contratado para cuidar de um doente deve fazer o máximo, acreditar na cura e empreender todos os esforços para salvar a vida do paciente. Contudo, se não obstante os esforços o doente vir a óbito, o médico não deve entrar em depressão por que não conseguiu curar o seu paciente. Ele tem que agir com profissionalismo, e não se envolver emocionalmente. Caso o advogado chore pelo cliente condenado ou o médico entre em depressão pelo óbito do paciente, em pouco tempo eles serão obrigados a deixar a profissão, pois ficarão sem condições de trabalhar.

Profissionalismo é isso que acabei de mostrar. É com base nesse tipo de comportamento que devemos agir no dia a dia, se quisermos ser vencedores. Por exemplo, se a pessoa vai fazer um concurso, ela tem que agir com profissionalismo. Logo, tem que estudar, pois profissional que se preza faz o melhor que pode, e estudar é elementar para qualquer concurso. Suponhamos que no meio dos estudos, morra alguém da família. O concurseiro tem que agir com profissionalismo, fazendo a seguinte pergunta: se eu parar de estudar, meu parente morto vai ressuscitar? Diante da resposta negativa, continue estudando. O exemplo é grosseiro para mostrar como funciona o desenvolvimento da inteligência emocional.

Neste caso do exemplo anterior, devemos utilizar a estratégia mental defensiva. Pensa-se que não adianta chorar, parar de comer, parar de estudar etc. que a pessoa não volta a viver. Logo, tem-se que buscar formas de amenizar a dor, tipo foi Deus que quis que fosse desse jeito. Tudo que foi possível para salvar a vida foi feito. É por isso que se deve procurar viver bem e fazer o máximo para evitar a morte, como falei em capítulos anteriores. Aliás, o concurseiro deve pensar que irá passar no concurso em homenagem à memória do familiar morto, enfim, deve buscar ânimo para não desistir dos estudos.

Pois bem, suponhamos que ainda que tenha sofrido um pouco com a morte do parente, o concurseiro conseguira estudar bastante, pois agiu com profissionalismo. Aí ele vai para a prova com toda a garra, com o pensamento de que jamais deve falhar. Na hora de resolver as questões,

ele lembra do sacrifício que fez para estudar, e na promessa de passar em homenagem à memória do parente morto.

Está certa essa estratégia? Claro que não. Se ele fizesse isso, estaria envolvendo emoção na hora errada. A emoção deve ser invocada na hora que se está estudando. A pessoa pensa que precisa do emprego, que deseja fazer homenagem à memória do morto, que não aceita a reprovação de jeito nenhum. Isso serve como motivação para estudar. Na hora da prova, já vimos, a estratégia é outra. No exemplo em tela, o concurseiro deve dar-se como satisfeito por ter estudado, mesmo diante das adversidades (morte do parente etc.), falar para si mesmo que fará o melhor como um autêntico profissional, mas que se não passar, não se abalará, pois terão inúmeras outras oportunidades.

Pensar que concurso é feito para que o candidato não passe, e ele não será o primeiro a não passar, mas que não vai desistir. Que o Manoel Pastana reprovou quatro vezes para poder passar no primeiro concurso. Que um amigo do Manoel Pastana reprovou seis vezes, porém depois passou em vários. Tudo isso deve ser pensado minutos antes da prova, e com convicção, ou seja, acreditando no próprio pensamento.

Sem o peso da responsabilidade de ter que passar, o concurseiro só não passará se realmente não estiver preparado. Caso seja reprovado, mais uma vez deve agir com profissionalismo. Não se abalar emocionalmente com a derrota (lembrar o caso do médico que não deve entrar em depressão por causa da morte do paciente). Procurar ver quais as suas deficiências e os erros para corrigi-los, estudando mais ainda do que já estudou. Quando retornar aos estudos, que não deve demorar muito após a reprovação, deve voltar a pensar na promessa que fez à memória do morto, nas vantagens do cargo, no orgulho da família etc. Quando for o dia da prova, esquece o emocional (promessas, vantagens etc.) e cuida do racional, procurando fazer o melhor no teste, sem a preocupação com o resultado.

A utilização da estratégia mental defensiva pode ser aplicada em inúmeras situações da vida, para que a pessoa não sofra com os problemas que não pode resolver. Por outro lado, a estratégia garante tranquilidade para solucionar os que podem ser resolvidos, proporcionando eficiência e melhor condição de vida. Já a estratégia mental ofensiva pode ser aplicada tanto nos estudos (prova concurso, vestibular, exames diversos etc.) como em qualquer atividade competitiva. As estratégias mentais (defensiva e ofensiva) desenvolvem a inteligência emocional, proporcionando eleva-

dos desempenhos a pessoas comuns. É por isso, como observou Daniel Goleman nos seus estudos, que a inteligência emocional proporciona a pessoas com QI baixos superar outras de QI altos.

Quando despertarem para o uso da inteligência emocional nos esportes, os resultados serão outros, mormente no futebol, que reclama talento e que os nervos dos atletas atrapalham o desempenho. Há muito tempo ouvi a declaração de um lutador vencedor, falando da estratégia mental ofensiva que ele aplicava nas suas lutas, e ganhava todas. Ele não usou o mesmo nome de estratégia mental ofensiva, pois essa denominação é minha, mas pelo que ele disse que fazia, vi que o princípio era o mesmo.

Capítulo

TÉCNICAS DE ESTUDO

MOTIVAÇÃO

A motivação é o primeiro, o principal e o mais importante requisito das técnicas de estudo. Sem motivação não há técnicas e nem estratégias que funcionem, por isso este item é o mais longo. Sugiro que o leitor preste muita atenção e siga rigorosamente as sugestões, porquanto a motivação é a chave não só para os estudos, mas para uma vida de qualidade superior.

A palavra motivação vem do latim *movere* e quer dizer mover. É o impulso interno que leva o indivíduo à busca da realização de desejos e/ou objetivos. É a mola propulsora que conduz à ação. A motivação tira o indivíduo do comodismo e o coloca na busca da realização de uma necessidade, como saciar a fome, a sede, a satisfação da libido ou algo mais elaborado, como a busca de um prêmio de valor financeiro ou moral ou a realização profissional. **Motivação é tudo que faz o indivíduo agir conscientemente em busca de alguma coisa**. Sem motivação não há ação.

A motivação é um impulso eminentemente interno, mas que pode sofrer influência externa. Um exemplo explica melhor. Certa vez eu estava me preparando para um concurso público muito difícil. Após várias horas de estudo, já tarde da noite, bateu o cansaço e até um pouco de desânimo (eu trabalhava durante o dia em um bom cargo público). Liguei a televisão bem na hora da entrevista de um nadador famoso que se preparava para as Olimpíadas. Ele treinava cerca de sete horas dentro da piscina e mais umas quatro horas na academia fortalecendo os músculos. Além disso, ele disse que estava há vários meses sem fazer

sexo e sem se divertir na balada, tudo para chegar à competição com a melhor forma possível.

O que o motivava a treinar era o desejo de ganhar uma ou mais medalhas Olímpicas. Essa motivação não servia para mim, ou seja, eu jamais destinaria mais de 10 horas diárias para treinos, bem como me privar de fazer muitas coisas tendo por objetivo ganhar algumas medalhas. Isso denota que a motivação é interna. É pessoal, cada um tem a sua. Todavia, eu utilizei o exemplo dele para me motivar, e o fiz da seguinte forma. Pensei: se esse cidadão treina exaustivamente e se submete a privações tendo por objetivo umas medalhas que o farão famoso por alguns dias e, depois ninguém mais lembrará, eu não devo reclamar do esforço que estou fazendo, pois a conquista do meu objetivo significará cargo público vitalício e de prestígio, admiração da família, dos amigos, entre outros benefícios, mormente salariais.

A reflexão que fiz entre o sacrifício do nadador e o meu, cotejando-os com os objetivos perseguidos, deu-me mais disposição e energia para estudar, de forma que naquela mesma noite ainda estudei algumas horas depois do término da entrevista. O nadador ganhou (não lembro se uma ou mais medalhas) e a mídia lhe deu muito destaque; todavia, faz tempo que não se ouve mais falar dele. Eu consegui o meu objetivo. O meu triunfo – aprovação no concurso de procurador da República – não foi divulgado na mídia, mas ainda hoje aquela vitória está surtindo efeito.

A motivação é tudo na vida de uma pessoa. E a primeira motivação que se deve ter é pela própria vida, quem não a tem é sério candidato ao suicídio ou a viver eternamente em depressão. Abro um parêntese neste ponto para dizer que o meu livro não deve ser lido pela metade. Explico. Há leitores que leem livros pelo prefácio (algumas vezes eu também faço isso), ou seja, escolhem o assunto, por exemplo, o capítulo presente: **Técnicas de estudo** e só leem o capítulo sem ler o que está antes. Para quem deseja tirar proveito da leitura deste livro, não aconselho que faça esse tipo de leitura, sugiro que o leia desde o início.

Nesse diapasão, por exemplo, se o leitor pulou as partes iniciais do livro, fica difícil entender a verdadeira importância da motivação para alguém que deseja viver bem e vencer; além disso, perde as mensagens conscientes e inconscientes que os relatos iniciais do livro fornecem. Fecho parêntese e sigo em frente (a sugestão foi só para melhorar o aproveitamento do livro).

A motivação tem papel de destaque na inteligência emocional, assunto que domina este livro e que reputo de maior importância. O psicólogo PhD pela Universidade de Harvard, Daniel Goleman, com base em estudo científico, como já mencionado, disse: "***Inteligência emocional é a capacidade de criar motivações para si próprio e de persistir em um objetivo apesar dos percalços; de controlar impulsos e saber aguardar pela satisfação de seus desejos; de se manter em bom estado de espírito e de impedir que a ansiedade interfira na capacidade de raciocinar; de ser empático e autoconfiante***".

Como se vê, a inteligência emocional é a capacidade de "criar motivações para si próprio". Goleman chega a ser redundante, porquanto, a rigor, a motivação, como é algo interno, só pode ser para si próprio. Ninguém pode criar motivação para outro. O máximo que se pode fazer é provocar no outro ideias para que ele se motive, que é justamente o que faço com este livro.

Tudo, a começar pela própria vida, necessita de motivação. E aqui, lembro as estratégias mentais defensivas (capítulo 11), com as quais se procuram amenizar situações desagradáveis, por exemplo, em um acidente de automóvel não adianta ficar lamentando a ocorrência, pois isso não resolverá o problema (não há como desfazer o acidente), e só trará mais sofrimento. Então é melhor pensar que "deu sorte", pois poderia ter sido pior e cuidar para que o evento desagradável não volte a acontecer (prestar mais atenção, evitar o local perigoso etc.).

Esse tipo de estratégia serve para enfrentar a ocorrência de situações negativas que causem prejuízo. E aqui, além da questão desagradável em si, há outro problema: o prejuízo pode causar desânimo. Por exemplo, vamos supor que o automóvel acidentado não tivesse seguro. Em vez de a pessoa ficar lembrando que o prejuízo custou anos de trabalho, pois esse pensamento, além de não ajudar em nada, pode levar ao desânimo, ela deve aproveitar a situação negativa para **se motivar** a trabalhar mais para ganhar mais, a fim de compensar o prejuízo sofrido.

Essa estratégia também pode ser utilizada nos estudos. Assim, em vez de ficar lamentando a reprovação, lembrando que "perdeu" dias e noites de estudo, a pessoa deve **motivar-se** a estudar ainda mais, para não "perder" o estudo já realizado, imaginando que esse estudo será somado ao estudo futuro, acreditando firmemente que terá mais chance nos próximos concursos.

Ademais, a pessoa deve sempre procurar **motivar-se** no sentido de que vale a pena viver, caso contrário a vida perde valor e as consequências são imprevisíveis, geralmente culminando em depressão, álcool, drogas, suicídio, etc. Detalhe curioso é que a vida pode perder o valor tanto para quem tem pouco ou nada como para quem tem muito. Quem não tem nada se desespera por falta de condições materiais de sobrevivência e acaba sucumbindo ao desânimo. Quem tem muito pensa que o dinheiro pode comprar tudo e quando percebe que isso não é verdade cai em depressão, envereda para o mundo da droga e acaba destruindo a própria vida.

SUICÍDIO

O mais incrível é que os descontentes com a vida estão mais no grupo dos que têm muito do que os que não têm nada. Basta ver que o número de suicidas é maior nos países ricos do que nos países pobres. A taxa de suicídio na França, por exemplo, é de 19 por 100 mil habitantes. No Japão é maior ainda: 25 por 100 mil. No Brasil é de 5 por 100 mil habitantes. O Rio Grande do Sul é um dos estados da Federação de melhor condição de vida. Isso reflete na taxa de suicídio: o dobro do país. São 10 suicídios por 100 mil habitantes. Porto Alegre é a capital brasileira com o maior índice: 12 por 100 mil. Em média, todos os anos, mais de mil pessoas tiram a própria vida no Rio Grande do Sul. É lamentável e muito triste.

Questões materiais como riquezas, conquistas etc. têm pouca influência sobre o estado de felicidade. Falo isso com conhecimento de causa. Minha vida, como pessoa, não mudou pelo fato de eu ter saído de faxineiro e chegado a procurador da República. Continuo a mesma pessoa e me sinto muito bem assim. Eu era feliz como faxineiro e continuo sendo como procurador. Há indivíduos que condicionam a felicidade à conquista de cargos, posição social, dinheiro etc. Vivem em função dessa busca e quando conquistam percebem que isso não melhora por muito tempo o nível de satisfação (felicidade) e se tornam arrogantes, prepotentes, de mal com a vida e, muitas vezes, tentam descontar nos outros a frustração por não conseguirem a felicidade que esperavam alcançar com a conquista.

A moderna Ciência da Felicidade fez descobertas interessantes, dentre elas a de medir o grau de satisfação com a vida e o nível de felicidade.

Descobriu, por exemplo, que 50% do potencial para a felicidade é de origem genética (pessoas de mal com a vida costumam transmitir o gene ruim para os filhos). As circunstâncias da vida são responsáveis por apenas 10% do estado de felicidade, e os 40% restantes dependem de padrões internos de comportamento.

Com efeito, fatores externos como riquezas, sucesso na profissão etc., respondem por apenas 10% do nível de felicidade, já fatores internos (pensamento positivo no qual entra a motivação) respondem por 40% desse estado. Isso explica, por exemplo, a razão de a pesquisa ter detectado o nível mais alto de felicidade na faixa etária dos 75 anos (bem maior do que na adolescência). A justificativa para isso é que nessa faixa de idade o indivíduo passa a dar mais valor para questões espirituais (internas) do que para as coisas materiais (externas). Nesse sentido é o pensamento de Arthur Schopenhauer: ***A nossa felicidade depende mais do que temos nas nossas cabeças, do que nos nossos bolsos.***

Outro dado interessante que a pesquisa constatou foi que pessoas que ganharam elevados prêmios na loteria cerca de um ano depois voltavam ao padrão de felicidade que tinham antes de ganhar o prêmio. Por outro lado, pessoas que sofreram acidentes e ficaram dependentes de cadeira de rodas, nos primeiros meses tiveram o nível de felicidade reduzido significativamente. Porém, com o passar o tempo, voltaram a ter o mesmo nível de felicidade que tinham antes, e algumas até superaram o nível de felicidade de antes do acidente, porquanto passaram a dar valor a coisas não materiais que outrora não ligavam.

Ressaltei esse assunto (felicidade) para mostrar que o fator interno é fundamental para o indivíduo viver bem e ser feliz, e a **motivação** é a mola mestra para acionar esse mecanismo que está dentro de cada um. O estudo da felicidade concluiu que o retorno ao nível da felicidade anterior de alguém que ganhou na loteria, por exemplo, deve-se à sabedoria da natureza para que o indivíduo não se acomode. De fato, a procura pela felicidade é que faz muita gente não se acomodar. Ocorre que essa estratégia da natureza muitas vezes acaba mal, pois o indivíduo luta tanto por um objetivo e quando o consegue vê que não mudou grande coisa e ele acaba ficando pior do que era antes.

A inteligência emocional é fundamental para lidar com essa situação. É por isso que Daniel Goleman diz que deveria ser matéria obrigatória nas escolas. É que ela é uma inteligência competitiva, voltada para realidade que visa conquistas materiais, mas que trabalha com o emocional

do indivíduo – o aspecto subjetivo – por isso ele não se torna escravo da conquista, busca render ao máximo, mas qualquer que seja o resultado está de bom tamanho. Por outro lado, **ele sabe que a felicidade não está em tal conquista**, mas em cada momento da vida. Caso não consiga o resultado, ele não fica menos feliz, tenta novamente conquistar o objetivo ou, na impossibilidade, coloca outro ou outros objetivos como novas metas e assim vai levando a vida, aproveitando cada momento.

O segredo do sucesso (ditado pela inteligência emocional) é persegui-lo sem condicionar a felicidade a ele. Deve-se lutar pelo futuro, mas viver o presente. Eu sempre procurei viver da melhor forma possível, mesmo quando passava por extremas necessidades. Conquistei espaços jamais imaginados, sei que posso conquistar outros e luto por isso, mas não condiciono a minha felicidade a tais conquistas. Procuro ser feliz todos os dias, pois a vida é muito curta. Contudo, o fato de viver bem o presente, não me faz descuidar do futuro, muito pelo contrário, a luta constante por um futuro melhor (não penso só para mim, mas em quem vem depois de mim) é motivo de satisfação para viver bem o presente, ainda que esteja enfrentando problemas. Nunca me acomodei e não vou me acomodar. Até o último dia da minha vida estarei pensando em fazer alguma coisa de bom.

Procuro aproveitar ao máximo as coisas boas, ignorando as ruins e quando não é possível ignorá-las, relativizo-as para evitar sofrimento. Quando eu tenho que enfrentar o inimigo mais forte, em vez de eu ficar deprimido com receio de ser derrotado, eu procuro fazer é que ele (o inimigo) fique deprimido, inutilizando as suas ações maléficas. Por exemplo, sofri quatro anos de intensa e doentia perseguição de pessoas poderosas e dispostas a fazer (e fizeram) qualquer coisa para me destruir, mas venci todas elas. Foram os piores dias da minha vida, porém não deixei de aproveitá-los. Tenho absoluta certeza de que os meus algozes, apesar de pensarem que poderiam me derrotar, não aproveitaram um décimo do que eu aproveitei naqueles dias negros que tive de enfrentar (continuei vivendo e curtindo a vida normalmente, sequer tive alteração de humor). Utilizei de estratégias mentais para me manter sereno e coloquei em prática ações eficientes que os derrotaram.

Citarei um exemplo que o leitor verá como se faz para reverter uma situação desfavorável. Suponhamos que a pessoa deva valor elevado para alguém. Entrar em desespero não vai resolver o problema, muito pelo contrário, ela pode contrair uma úlcera e vai gastar dinheiro com médico e remédios, ficando mais difícil saldar a dívida. Então, sem entrar em

desespero, o devedor deve procurar formas de conseguir o recurso dentro das possibilidades que estão ao seu alcance. Caso não consiga, em vez de perder o sono, ele deve pegar o telefone, ligar para o seu credor e explicar a situação, dizendo que continuará tentando conseguir o recurso e assim que obtiver fará o pagamento. Com essa estratégia ele não perderá o seu sono, já quem deverá perder (o sono) é o credor.

Destarte, sem entrar em desespero, o devedor tem imaginação e energia para encontrar meios de obter o dinheiro, e certamente conseguirá com mais rapidez do que se entrasse em parafuso. É assim que a inteligência emocional funciona: máximo rendimento sem sofrimento desnecessário.

OS ESTUDOS

A partir de agora falarei sobre a motivação para a leitura e os estudos. Assistir a uma novela não precisa de muita motivação, basta querer um pouco de diversão barata sem forçar os neurônios. Já para ler um livro é preciso de motivação mais aprimorada. Da leitura para os estudos o caminho é mais curto.

A primeira e a principal ideia de motivação para a leitura diz respeito a que o ser humano tem de mais impressionante: o cérebro. Não há nada que desenvolva mais o cérebro do que a leitura (e os estudos). O ser humano possui os mesmos órgãos dos demais seres vivos; todavia, o cérebro humano é mais desenvolvido e, por isso, ele domina todos os demais seres. Mas o cérebro não faz apenas diferença entre humanos e não humanos. Ele faz diferença entre os próprios humanos, e como faz. Não é por acaso que há povos desenvolvidos, povos em desenvolvimento, povos subdesenvolvidos e outros que vivem como se ainda estivessem na Idade da Pedra (há tribos em vários lugares do mundo nessa situação).

Não existe forma melhor de desenvolver o cérebro do que a leitura e os estudos. É por meio da educação que se dinamiza esse esplendoroso desenvolvimento. O Brasil sofre com a falta de prioridade à educação. Somos privilegiados com riquezas naturais fantásticas, nosso clima é bom, o povo é pacífico e não sofremos com grandes tragédias naturais (as que ocorrem poderiam ser evitadas, se houvesse vontade política); contudo, o nosso país é pobre (exceto para alguns privilegiados) e só não é paupérrimo, semelhante a muitos países da África, graças à grande riqueza que a natureza nos contemplou.

O Japão é um país desenvolvido e rico (o PIB brasileiro é cerca de um terço do PIB japonês), embora aquele país não tenha riquezas naturais (não tem petróleo, ferro, ouro etc.). Além disso, o pequeno território japonês (cerca de 23 vezes menor do que o Brasil) é formado por ilhas, com predominância de montanhas (75% do território). Para completar o quadro desfavorável, o país asiático, que foi arrasado na Segunda Guerra Mundial, sofre com inúmeras catástrofes, como terremotos, tsunamis, erupções vulcânicas etc. O território brasileiro é grande, possui inúmeras riquezas naturais (petróleo, ouro, ferro etc.) e não sofre com grandes tragédias, no entanto o Brasil não é desenvolvido.

Qual a razão de o Japão ser um país desenvolvido e o nosso não, apesar de a natureza ter nos favorecido? É que na Terra do Sol Nascente cultiva-se a educação, aqui se cultiva tudo, ou melhor, quase tudo, exceto a educação. Não é por acaso que o Brasil nunca ganhou um prêmio Nobel. A prioridade brasileira é outra: Futebol, Samba, Capoeira, Pagode, Carnaval etc. Para as autoridades, não há preocupação de o Brasil ocupar os piores lugares no ranking da educação, pois o ranking que interessa é o da FIFA. Se o Brasil estiver bem neste último, tudo está ótimo. Isso é lamentável.

Não sou contra essas manifestações culturais e até gosto, mas elas não deveriam ficar em primeiro lugar. A educação é que deveria ter prioridade máxima, pois eleva a qualidade de vida das pessoas e desenvolve o país. Não adianta ganhar muitas Copas do Mundo, ter "o maior espetáculo da Terra", mas ser um país subdesenvolvido, com pessoas analfabetas passando necessidades, sem atendimento médico eficiente, péssimo transporte, segurança inadequada, grande número de favelas etc.

Investimentos pesados em educação, associados a políticas modernas, transformaram o Japão, um país feudal, em uma potência mundial, apesar da carência de riquezas naturais. Pois é, quando o indivíduo trabalha com o cérebro, ele enfrenta a realidade, por mais adversa que seja e a domina. Isso acontece, tanto individualmente como coletivamente.

A leitura e os estudos, associados à inteligência emocional, proporcionaram-me não só conquista de espaço na sociedade competitiva, mas conhecimento útil para a vida interna e externa. Tenho trabalhado para transmitir a minha experiência para que mais pessoas se interessem pela leitura e pelos estudos. Recebo muitos e-mails de leitores. As histórias são variadas, umas se identificam com a minha, pela origem humilde e pelas dificuldades financeiras; outras, além das dificuldades materiais,

há limitações físicas. Por exemplo, uma leitora perdeu 100% da visão de um olho e mais de 80% do outro.

A moça era servente em uma prefeitura da região metropolitana de Porto Alegre/RS. Quiseram aposentá-la por invalidez, mas ela não aceitou. Vejamos trecho de seu e-mail: ***"(...) levou-me a ficar em benefício por um ano e quase ser aposentada por invalidez. Imagine!!! Recusei-me ferozmente a isto! (...) Não era justo acabar com minha vida funcional! (...) Fui humilhada pela... que disse que por eu ser 'servente' não teria capacidade para fazer outra coisa."***

A destemida leitora fez concurso público e hoje é funcionária do Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul (TJRS). E mais. Ela está cursando faculdade de Direito: "***Estou entre cadeiras do 3º e 4º e indo ao semestre seguinte (...), pois perdi este semestre porque tive que fazer uma cirurgia no olho esquerdo. Mas comecei inglês no Yázigi, afinal como vou ficar um semestre sem estudar nada? Tenho 36 anos e nenhum tempo a perder. Gostaria muito de em momento oportuno conhecê-lo pessoalmente, pelo menos cumprimentá-lo e dizer-lhe o quão valiosa foi sua contribuição através do livro, para que eu continue buscando meu lugar ao sol.***"

Além desse, há outros casos de leitores com deficiências físicas que não se acomodaram. Portanto, você que procura desculpas para não estudar, veja que nada detém quem resolve vencer pelos estudos. Deixe o comodismo de lado e saiba que o seu sucesso só depende de uma pessoa muito importante: **você**.

Enfrentando todas as adversidades, optei pelo concurso, mas esse não é o único caminho para se vencer pelos estudos. O concurso é o caminho mais difícil, porém o que traz mais segurança; todavia, há milhões de excelentes empregos na iniciativa privada que **não** dependem de concurso; todavia, uma coisa é certa: quem deseja bons cargos, empregos ou funções, seja na iniciativa privada ou no setor público, deve estudar. E cada vez mais fica muito difícil, mas muito difícil mesmo, alguém conseguir colocação no mercado sem estudo.

CURSO TÉCNICO OU SUPERIOR?

É exceção da exceção quem consegue colocação sem estudar, e se essa pessoa superasse a preguiça mental e estudasse, certamente desenvolveria melhor as suas potencialidades. Está mais do que provado que

a educação proporciona melhores condições de vida para o indivíduo por conta da qualificação profissional, resultando em bons empregos e na melhoria de vida de um modo geral.

Quem estuda tem inúmeras vezes mais possibilidades de conseguir os melhores empregos, seja no serviço público, seja na iniciativa privada. Antes de falar sobre a motivação do estudo para o concurso público, falarei sobre o estudo para a iniciativa privada, e o faço com o seguinte questionamento: **qual é a melhor opção – curso técnico ou curso superior?**

Já houve vários apagões elétricos em diversos lugares do país. Houve também o apagão aéreo e agora temos o apagão de mão de obra, isto é, falta mão de obra em relação à oferta de empregos. Todo apagão é ruim, porém se sobram empregos, esse apagão deveria ser bom, mas não é, pois a mão de obra que falta é a especializada. A outra mão de obra – a não qualificada – tem em abundância no Brasil. O consultor de mercado Waldez Ludwig diz que "ninguém quer contratar mais a mão de ninguém" (trabalho braçal).

De fato, o mercado precisa de pessoas que trabalhem com a cabeça e não com os braços. É que as máquinas fazem o trabalho pesado (braçal) com mais eficiência do que o trabalhador (uma colheitadeira, por exemplo, substitui com grande vantagem o trabalho braçal de vários trabalhadores). Assim, a mão de obra não qualificada cada vez mais fica sem espaço e a tendência, no futuro não muito distante, é ficar sem nenhuma utilidade no mercado de trabalho.

Nesse sentido, quem não quiser ficar fora do mercado laboral deve adequar-se à realidade, para não ser preterido pela automação. Daí, dependendo da pretensão profissional, deve-se estudar e aprimorar-se no planejamento, manejo e manutenção das máquinas (computadores, robôs, colheitadeiras etc.). Essa é a mão de obra especializada que está em falta no Brasil.

Além de as máquinas cada vez mais serem utilizadas no mercado produtivo, elas evoluem rapidamente. Antigamente, a tecnologia era lenta, por exemplo, foram séculos para que a roda de madeira fosse substituída pela de ferro. Hoje, a tecnologia é extremamente dinâmica. Um equipamento, lançado como novidade, em pouco tempo fica obsoleto. Assim, a aprendizagem deve ser constante: aprende-se o manuseio da máquina, mas é necessário acompanhar a evolução tecnológica, para não ficar desatualizado.

Como se vê, o mercado atual reclama indivíduos que usem o cérebro. A solução para essa exigência está na educação voltada para a realidade dinâmica. Diante disso, trago à baila a discussão sobre fazer um curso técnico ou superior.

Sinteticamente, farei a distinção entre um e outro. O curso técnico, em regra, é curto e mais voltado para a prática de determinadas atividades (técnico em edificação, técnico em eletrônica, técnico em enfermagem, técnico em informática, etc.), **por isso proporciona retorno profissional mais rápido**. O curso superior é longo, de predominância teórica e o retorno profissional é mais demorado, porém tem maior peso profissional (Medicina, Direito, Engenharia, Odontologia etc.).

Qualquer que seja a escolha do curso (técnico ou superior) é preciso que seja bem feito, pois a simples realização de um ou de outro curso não garante retorno profissional. Antigamente, ostentar um curso superior era sinal de grande prestígio, hoje não quer dizer quase nada, porém, quando bem feito, a situação muda de figura. Para se fazer bom curso, tanto técnico como superior, é preciso estudar com inteligência.

Vivemos em uma sociedade marcada pela competitividade de um mundo globalizado e quem não se insere no contexto fica à margem do mercado de trabalho, vivendo de "bicos", salários irrisórios e/ou benefícios assistencialistas. Assim, os interessados no mercado de trabalho atual e futuro devem estudar.

Para auxiliar o leitor na escolha do curso técnico ou superior, farei uma análise de acordo com os princípios que norteiam a inteligência emocional. Não é demais relembrar que essa inteligência finca-se na realidade competitiva. Assim, a análise aqui é do geral, o leitor que não se enquadra na regra deve focar-se na sua (própria) realidade; afinal, quem procura desenvolver a inteligência emocional não pode esquecer que a primeira realidade a ser observada é a própria. Depois, observa-se a realidade alheia.

Então vamos lá. Não há dúvida de que um curso superior, em tese, proporciona mais renda ao portador (estatisticamente, quanto maior o nível de escolaridade, maior a renda). Ocorre que o curso superior levará muitos anos para dar retorno financeiro, e o gasto (investimento) é alto, por mais que seja feito em uma universidade pública. Então o recomendável é que se faça o curso técnico que tem menor duração, sem contar que há mais ofertas de emprego para essa qualificação. Assim, a colocação no mercado é mais rápida.

Com a renda produzida pelo curso técnico, a pessoa pode fazer o curso superior, ou seja, o emprego técnico será uma escada para voos mais altos. Agora, se a pessoa tem condições financeiras e não precisa trabalhar para fazer o curso superior, obviamente que não precisa fazer o curso técnico. Porém, se ela necessita trabalhar para custear a faculdade, vale a pena fazer um curso profissionalizante, pois caso não faça terá mais dificuldade para conseguir emprego razoável, enquanto não conclui o curso superior, sem contar que após a formatura a pessoa ainda passa algum tempo para conseguir colocação no mercado.

Em regra, um curso técnico tem duração de três meses a dois anos. Assim, em vez de a pessoa enfrentar a competição no mercado de trabalho sem nenhuma qualificação, vale a pena fazer o curso profissionalizante, seja para conseguir melhor emprego e custear um curso superior, seja apenas para manter melhor qualidade de vida.

Não obstante o que eu disse, cada um sabe melhor sobre a própria situação; por isso, que é essencial o desenvolvimento da inteligência emocional, pois o indivíduo terá melhor juízo crítico para avaliar as alternativas e fazer a escolha certa. Até hoje eu não me arrependi nas escolhas que fiz. Qualquer que seja a opção, todavia, é preciso estudar.

SEM ESTUDO, NADA FEITO

Além da qualificação profissional, os estudos servem para o preparo intelectual do indivíduo. É visível a diferença entre alguém que usa os livros de quem não os utiliza. Por mais que o indivíduo tenha posses, frequente ambientes requintados,viaje pelo mundo inteiro, a falta de manuseio dos livros o faz diferente no meio social, e quando não discriminado não escapa das chacotas, mormente se tenta inserir-se na alta sociedade.

Além de o preparo intelectual ser imprescindível para a qualificação profissional e requisito importantíssimo para o convívio social nos meios mais elevados, também o é para a relação amorosa. Uma mulher bonita e culta dificilmente sentir-se-á atraída por um homem cuja bagagem cultural limite-se a conhecimentos futebolísticos, ou então que, por insuficiente cognição (reduzido conhecimento), direcione a conversa para as condições do tempo, como por exemplo: Será que vai chover? Hoje amanheceu

frio...O ano já está terminando...Como o tempo passa rápido...Esta noite promete...Amanhã será outro dia... Por outro lado, uma mulher bonita que diz estar com "menas" disposição para estudar ou que não gosta de ler tem menos chance de atrair um homem de melhor nível para um compromisso duradouro ou rumo ao altar...

Todos esses argumentos, inclusive no parágrafo anterior peguei pesado, apelando até para a conquista amorosa, são ideias que servem como motivação para a leitura e os estudos, a fim de se deixar de lado a preguiça mental, a maior responsável pela repulsa aos livros. Como eu disse, a motivação é de ordem interna, ou seja, cada um deve pensar nos benefícios que a leitura e os estudos farão na sua vida. E mais. Ela deve ser constante, por exemplo, uma pessoa que resolve fazer um curso técnico tem que manter acesa a chama da motivação, caso contrário desistirá na metade do curso. Assim, ela deve pensar nos benefícios que o curso lhe proporcionará todas as vezes que o desânimo se aproximar; aliás, o ideal é que de vez em quando se exercite ideias para fomentar a motivação, antes que o desânimo chegue. Com isso, mantém-se a autoestima elevada e o moral em alta; daí, não haverá ensejo para desistência.

CONCURSOS

Agora que já falei da motivação para o estudo visando à iniciativa privada, falarei do estudo objetivando ao serviço público, por meio de concurso. Antes de ingressar no assunto, faz-se necessário fazer um esclarecimento. É mais difícil a competição para ingressar no serviço público do que na iniciativa privada. O pretendente ao cargo público rala mais para conquistá-lo. Em compensação, uma vez conquistado, terá maior segurança no emprego.

Há concursos públicos para a área federal, estadual e municipal, tanto para a administração direta como indireta (estatais). São milhares de cargos oferecidos todos os anos, todos os meses, todas as semanas. As escolaridades são de nível fundamental a nível superior. Para quem deseja fazer concurso público uma coisa é certa: não faltarão concursos, é só escolher qual ou quais vai fazer.

Da mesma forma como é melhor fazer um curso técnico para depois ingressar no curso superior, no concurso público é melhor começar co-

mendo pelas beiradas. Em regra, os concursos mais difíceis são da área federal. Portanto, quem está precisando de um rendimento com mais urgência deve tentar concursos municipais ou estaduais, porque a chance de passar é maior. Depois de conquistar esses pode partir para concursos da área federal. O mesmo se diga em relação à escolaridade. No meu caso, comecei fazendo concurso que exigia o primeiro grau, depois parti para concursos de nível superior.

Claro que tudo é relativo e vai depender da situação de cada um. Três coisas, todavia, o leitor não pode esquecer. A primeira é que para qualquer concurso é preciso estudar, mesmo que aparentemente seja fácil. A segunda é que o concurseiro não deve se desesperar. Como eu disse, ao falar nas estratégias mentais, o desespero só faz prejudicar. A terceira é que se deve fazer o melhor no cargo que for exercer, ainda que o tenha como temporário, um trampolim para voos mais altos.

Com efeito, quem deseja fazer carreira, tanto no serviço público quanto na iniciativa privada, deve valorizar e curtir cada degrau conquistado. Viver cada situação como se fosse única. Pensar no futuro, não esquecendo o presente, e, sobretudo, cumprindo as obrigações em cada função.

A motivação para o concurso são salários atraentes, segurança e status. Há concursos para todos os gostos, e independentemente da área de formação. Todavia, não há dúvida de que a área jurídica, em regra, é a que oferece as melhores e maiores oportunidades.

Dizem que oito entre dez concurseiros motivam-se pelo contracheque do cargo pleiteado. Então lá vai. O Brasil possui 26 estados e o Distrito Federal, todas essas unidades federadas precisam de delegados de polícia, juízes, promotores e procuradores, defensores públicos e advogados públicos, tanto nos estados quanto nos municípios (procuradores estaduais e municipais).

Na área federal, precisa-se de advogados da União, delegados de Polícia Federal, defensores públicos da União, juízes federais, procuradores da República, procuradores do Trabalho, procuradores da Fazenda, promotores e procuradores do Ministério Público Militar, promotores e procuradores do Ministério Público do Distrito Federal, juízes do Trabalho, juízes e auditores militares e procuradores federais da Administração Indireta. Além desses milhares de cargos, existem outros inúmeros para oficiais de justiça e analistas processuais, tanto na União quanto nos estados.

Todos esses cargos públicos são acessíveis somente por concurso e são privativos de bacharéis em Direito. Os concursos são constantes, o ano todo e todos os anos, no Brasil inteiro, tanto na área Federal como Estadual e Municipal. Os salários iniciais variam de R$ 8.000,00 a mais de R$ 23.000,00. E tem o concurso para tabelião (dono de cartório), que não é remunerado por salário, mas pelo faturamento do cartório, e há vários que faturam muito alto.

As vagas quase sempre não são preenchidas e muitas vezes aumentam em decorrência de aposentadorias e devido à criação de novos cargos por meio de leis. Existe uma avalanche de concursos públicos privativos de bacharel em Direito, sem contar que todo concurso público, ainda que não tenha exigência de formação jurídica, possui provas da área jurídica (Direito Constitucional, Administrativo, Civil etc.). Portanto, está aí um bom motivo para aqueles que estão cursando Direito; já se formaram, mas o diploma está encostado; estão advogando, mas não estão satisfeitos. Fica a dica também para aqueles que tencionam fazer um curso superior para ingressar no serviço público. O Direito é o que oferece mais oportunidades, mas não se deve esquecer de verificar se a pessoa tem aptidão, conforme dito em capítulo anterior.

Todos os que eu conheço da área jurídica, e são muitos, que se dedicaram com afinco aos estudos com objetivo de passar em um concurso público, conseguiram êxito. Da minha turma de faculdade, os que estudaram com determinação estão todos empregados.

É bem verdade que grande parte da turma está com o diploma sem utilidade, mas essa parte é formada justamente por aqueles que não estudavam, que levaram o curso na "maré mansa" até pegarem o canudo, cuja alegria manifestou-se apenas no dia da bonita festa de formatura, quando se regozijaram com seus familiares e amigos. De lá pra cá nada aconteceu, o diploma está guardado, sem uso, empoeirado em alguma gaveta.

Aliás, não consigo entender como uma pessoa é capaz de tirar cinco, seis anos ou mais para cursar uma faculdade e não estudar o suficiente para fazer uso da formação superior e melhorar ou mudar completamente o seu futuro. Será por preguiça? Será por descrédito? Mas, se for por isso, por que então perdeu tempo com o que não acreditava? O que posso dizer é que o tempo passa rápido demais e vale a pena o esforço, pois não conheço ninguém que se arrependeu por ter estudado; por outro

lado, conheço muitos que se arrependeram por ter deixado o tempo passar sem dar valor aos estudos. Para esses, tenho a seguinte sugestão: nunca é tarde para começar, inspirem-se nas sábias palavras do Chico Xavier: "Embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim".

Para finalizar este tópico, que é o mais longo porque é o mais importante, farei algumas considerações sobre a grande inimiga da leitura e dos estudos: **a preguiça mental**. Dela ninguém está livre. Todos nós estamos sujeitos aos seus efeitos maléficos. Para alimentá-la, inconscientemente a pessoa se utiliza de diversas desculpas tais como desânimo, cansaço, dificuldades, descrença, desesperança etc.; assim, fica-se longe dos livros. Isso, na verdade, são artifícios que o cérebro utiliza para se manter "quieto". É que ele gosta de "vida mansa", por isso que o número de pessoas que veem televisão é muito maior do que as que leem.

Não existe vacina contra a preguiça mental. Eu mesmo, por diversas vezes, fui acometido por ela. Porém não me entreguei, utilizava um antídoto: **a motivação**. Quando batia o desânimo, o cansaço, a desesperança, eu pensava que se desistisse seria muito pior, porquanto teria que passar o resto da vida vivendo de subempregos e/ou de favores dos outros. Aliás, como estratégia mental, eu pensava em outra preguiça: **a física**. Imaginava como seria ruim trabalhar a vida toda em serviços braçais, por exemplo, carregando pedra o dia inteiro para ganhar salário irrisório, pois esse seria o meu destino, caso abandonasse os livros. Além de pensar em consequências ruins, caso não estudasse, pensava em coisas boas, imaginando como a vida iria melhorar se eu continuasse estudando.

Deve-se pensar firmemente nos benefícios que os estudos trarão, a fim de não se entregar, e quando o sono apertar em decorrência do cansaço, além de recorrer-se à motivação, pode-se utilizar alguns complementos. Por exemplo, quando o sono chegava para valer, eu passava água no rosto, estudava em voz alta, ficava em pé. Também tomava guaraná em pó (deve-se tomar antes de o sono apertar). O guaraná em cápsula não funcionava. Não é aconselhável tomar o energético no dia da prova, pois ele pode atrapalhar a concentração. Contudo, quando nada disso funcionava era porque estava na hora de dormir.

Não podemos esquecer de que o sono faz parte da vida e é preciso dormir. Em média o tempo de sono de uma pessoa normal varia de seis a oito horas diárias. Eu durmo em média seis horas. Divido o tempo

de sono assim: em torno de cinco horas e meia durante a noite e meia hora depois do almoço. Essa meia hora depois do almoço vale ouro. Depois da soneca eu fico “ligado” e pronto para enfrentar o resto do dia. Caso eu não durma essa “sagrada” meia horinha, fico preguiçoso o restante do dia.

Como última recomendação, sugiro que tudo que se vá fazer, procure várias justificativas para servir como motivação. Isso aprimora a imaginação (cada vez fica melhor, inclusive para utilizar nos estudos), eleva o moral, aumenta a autoestima e, progressivamente a pessoa se torna mais eficiente.

A seguir serão ensinadas outras estratégias, inclusive para obter maior resistência física e mental, assim como para facilitar a aprendizagem, que juntamente com a motivação, formam um conjunto de medidas aptas a ajudar os que desejam vencer pelos estudos e/ou que tencionam adquirir conhecimentos úteis, para se inserirem ativamente em um mundo cada vez mais competitivo.

CONCENTRAÇÃO

A concentração consiste em pensar apenas em uma coisa de cada vez. O cérebro tem dificuldade para realizar duas ou mais coisas ao mesmo tempo, e acaba não fazendo bem nem uma e nem outra coisa. É por isso, por exemplo, que não se deve dirigir falando ao telefone.

A leitura envolve intensa atividade cerebral, por isso é o melhor exercício para o cérebro. Logo, é preciso concentração para realizá-la satisfatoriamente; por isso, se a pessoa ler enquanto assiste à televisão, fala ao telefone ou pensa em outra coisa, não tira bom proveito, e não adquirirá o saudável hábito. Assim, é preciso que o cérebro esteja ligado apenas naquilo que se está lendo, ou seja, é preciso que o leitor concentre-se. Dessa forma, a leitura torna-se prazerosa e proveitosa.

Da leitura para o estudo é um pulo, basta querer. É imprescindível o estudante procurar entender (e não decorar) o que estuda, pois entendendo, ele terá interesse no estudo, e para aprender é preciso entender. Quem decora é por que não entendeu, por isso não aprendeu. O que se decora, esquece-se. Quando se aprende, não se esquece. E por mais que se tenha aparente esquecimento, uma rápida revisão promoverá a lembrança.

Por falar em esquecimento, recebo muitos e-mails de leitores reclamando que esquecem o que estudam. Dizem que estudam, aprendem, mas depois de alguns dias já esqueceram. Eu os informo que isso não acontece só com eles, mas com todos os que estudam. Na verdade, não há esquecimento, mas falta de lembrança, ou seja, a pessoa não esquece o que aprende, apenas não consegue se lembrar.

Para evitar a falta de lembrança ("esquecimento"), deve-se fazer o cérebro entender que aquele conhecimento é relevante e deve estar sempre à disposição ("na ponta da língua"). Para isso, a pessoa deve se convencer de que é importante aquele conhecimento (motivação) e procurar entender para aprender (não vale decorar). Depois de entendido e aprendido, deve-se exercitar o conhecimento. Esse exercício pode ser feito colocando-o em prática e/ou resolvendo questões de provas. E mais. Isso deve ser feito várias vezes, até o conhecimento se consolidar. Mais adiante voltarei a falar neste assunto que é muito importante.

Entender para assimilar é importante para a leitura e essencial para os estudos. Para assimilar o conhecimento, deve-se entender o conteúdo do que é estudado. Por exemplo, em uma equação matemática, o estudante não deve decorar os seus termos, mas sim estudar a razão de se ter chegado a tal fórmula. Depois de se conhecer os motivos da equação ser daquele jeito e não de outro é que se deve aplicá-la. Assim, o estudante estará pronto para resolver qualquer problema, envolvendo a aplicação direta, indireta ou parcial da equação.

O estudante de Medicina que decora será um péssimo médico. O mesmo se diga em relação ao estudante de Direito. Aliás, este, se concluir o curso decorando as matérias jurídicas, terá pouco conhecimento e limitado raciocínio. Com efeito, não será nem advogado, pois, para sê-lo, é preciso passar no exame da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) e nem conseguirá cargo público, pois certamente não passará pelo crivo do concurso, uma vez que não teria condições de decorar grande quantidade de matérias suficientes para lograr êxito no certame, sem contar que dificilmente conseguiria resolver questões, cujas respostas reclamem raciocínio.

Além de procurar entender (e não decorar) o que se estuda, deve-se confiar na capacidade de aprendizagem que é muito maior do que se imagina. A força física de uma pessoa é limitada por sua imaginação, ou seja, ela imagina que não consegue fazer tal esforço e acaba não

realizando. Quando não pensa na suposta incapacidade e implementa o esforço, acreditando firmemente no sucesso, o indivíduo realiza façanhas aparentemente impossíveis para as suas forças. Por exemplo, para livrar o filho de ser esmagado por uma pesada pedra, uma mulher franzina e frágil é capaz de realizar esforço que um homem muito forte, em situação normal, não conseguiria. Isso acontece porque ela não pensa na impossibilidade, mas apenas no desejo de salvar o filho a qualquer custo.

Em relação ao esforço físico a pessoa é capaz de realizar coisas impressionantes e, quanto ao trabalho intelectual, as façanhas são maiores, bem maiores, pois a capacidade do nosso cérebro é infinita. Aliás, mesmo os que o utilizam frequentemente exploram pouco a sua incrível capacidade. Os 100 bilhões de neurônios do cérebro humano são capazes de fazer coisas extraordinárias, muito além do que se imagina.

O nosso cérebro inconscientemente nos coloca limitação. Por exemplo, por que na hora do perigo conseguimos força que não sabemos de onde vem? É que em tal situação não pensamos na impossibilidade de êxito, mas apenas no desejo de nos livrar do perigo de qualquer jeito. Na realidade, nossa força e resistência física são muito superiores ao que imaginamos e se soubermos as utilizar, acreditando firmemente no êxito, faremos coisas incríveis.

Em relação à capacidade intelectual a discrepância entre a real capacidade e o que nos limitamos é maior ainda do que em relação à força física. O nosso cérebro tem capacidade de fazer coisas que nenhum computador consegue, basta saber utilizá-lo e acreditar firmemente na sua capacidade.

Buda dizia: "***Tudo o que somos é resultado do que pensamos***." Como sou pragmático, acrescento um detalhe nas palavras de Buda: tudo o que somos é resultado do que pensamos **e fazemos** (agimos). O importante é **pensar e agir**. Só pensar não adianta; da mesma forma, agir sem pensar pode resultar em problemas, em vez de soluções. Diz o provérbio popular que "***quando a cabeça não pensa, o corpo padece***."

Pequenos exemplos denotam o quanto é importante pensar antes de agir. Por exemplo, se guardamos a chave do carro sem pensar no que estamos fazendo, depois corremos o risco de não lembrar onde deixamos. Quando esquecemos o local onde deixamos as coisas, imaginamos que estamos com a "memória fraca". Na verdade, a maioria das vezes isso acontece por realizarmos o ato automaticamente, ou seja, não pensamos

sobre o que estamos fazendo, por isso o cérebro não registra a operação e quando precisamos localizar o objeto não lembramos o local deixado.

Alguns neurocientistas têm indicado a neuróbica como atividade para exercitar o cérebro. O exercício da neuróbica consiste em fazer as coisas do quotidiano de forma diferente, por exemplo, escovar os dentes com as mãos trocadas, fazer o transcurso de casa para o trabalho por caminhos diferentes, vendar os olhos e tentar localizar objetos utilizando apenas o tato etc. Exames demonstraram que ao realizar ações quotidianas de forma diferente, ativam-se regiões do cérebro que não se ativam quando realizadas de forma corriqueira.

Desconfio que isso aconteça porque, ao fazer coisas corriqueiras de forma diferente, o indivíduo é levado a pensar no que está fazendo. Assim, quando a pessoa escova os dentes, utilizando a mão "normal", ela realiza a atividade automaticamente, sem pensar no que está fazendo. Porém, quando a atividade é efetivada com a mão trocada, necessariamente ter-se-á de pensar no ato, caso contrário a ação não poderá ser realizada.

O mesmo se diga quando a pessoa venda os olhos e tenta encontrar objetos pelo tato, necessariamente terá de pensar no que está fazendo, assim como quando utiliza caminho diferente para se deslocar ao trabalho etc. Com efeito, ao se examinar o cérebro no momento em que se executa uma atividade comum, realizada de forma diferente, fatalmente serão detectadas atividades cerebrais mais intensas, pois a pessoa estará pensando no que faz.

Ora, se o pensamento faz a diferença quando exercitado para executar atividades simples, imagine-se quando utilizado para executar atividades complexas? O pensamento ativado, juntamente com a ação, dinamiza células cerebrais e, com isso, "turbina" a memória e o raciocínio.

Quem pensa e repensa antes de falar ou de agir tem mais probabilidade de acertar do que quem o faz automaticamente ou pensa muito pouco. Nos estudos, o pensamento faz a diferença e como faz. Consoante dito antes, quando se guarda a chave do carro sem pensar, ter-se-á dificuldade para encontrá-la. Isso já aconteceu comigo muitas vezes. Em várias oportunidades tive dificuldade para me lembrar o local onde guardei a carteira, a chave do veículo, os óculos etc., mas conseguia me lembrar de detalhes estudado em livros de muitas páginas na hora da prova. É que não costumo pensar quando realizo coisas corriqueiras (só quando lembro que é preciso pensar). Porém, estudava pensando e repensando,

assim, fixava a informação e conseguia me lembrar e raciocinar sobre o que estudava.

Com efeito, a estratégia de quem estuda é procurar entender e acreditar, sempre acreditar, que é capaz de aprender. Muitas pessoas abandonam a sala de aula porque dizem ter **"a cabeça fraca para os estudos"**. Outros, no primeiro obstáculo, desistem porque imaginam que não vão conseguir aprender.

Trabalhar com o cérebro reclama mais disciplina e determinação do que trabalhar com os músculos. Todavia, o resultado é infinitamente mais compensador, pois quanto mais se trabalha com o cérebro, mais aprimorado fica. Um cérebro pouco utilizado, quase inativo, tende a continuar assim; já o cérebro ativo buscará cada vez ficar mais ativo. Quanto mais se estuda, mais rápida se torna a aprendizagem. Por exemplo, um grupo de operários que resolvesse cursar Direito certamente teria mais dificuldades para aprender do que um grupo de engenheiros, embora estes nunca tivessem estudado matérias da área jurídica.

Exceto atividades que reclamam talento específico como a pintura artística, a música e determinadas artes, a maioria das atividades pode ser executada por qualquer pessoa portadora de saúde mental regular. O que parece ser impossível muitas vezes é apenas um pouco difícil, mas que se torna fácil após a realização. Tudo o que é preciso é aprender e exercitar a aprendizagem.

É claro que o estudo reclama sacrifício, mas (o sacrifício) é muito pouco diante do benefício. A lógica da vida indica que quem não estuda terá vida mais difícil do que quem estuda. O sacrifício do estudo é ínfimo diante do sacrifício que terá quem não estuda. Por exemplo, um pedreiro trabalha mais pesado do que o engenheiro e ganha bem menos. Valeria a pena o pedreiro investir alguns anos numa faculdade e se tornar engenheiro ou então fazer um curso técnico profissionalizante. Caso ele não faça nada disso, permanecerá na mesma situação a vida toda, trabalhando muito no pesado e ganhando pouco.

O bom é que o sacrifício do estudo, além de ser passageiro, logo se torna prazeroso. Quando a pessoa conscientiza-se da necessidade de estudar e põe em prática, em pouco tempo começará a sentir prazer nos estudos. E aí ela terá de se policiar para não exagerar.

Juntamente com os estudos, os exercícios físicos são indispensáveis. O estudante deve se preocupar com o aprimoramento intelectual, mas

não deve se descuidar do preparo físico. O condicionamento físico ajuda o desempenho cerebral, inclusive, depois de intensa atividade intelectual, o exercício físico serve como excelente relaxante para a mente.

A prática de atividades aeróbicas, como caminhada, corrida, ciclismo e outras análogas, melhora a memória, a concentração e o raciocínio. Antigamente pensava-se que os benefícios aconteciam apenas por causa da oxigenação do cérebro; todavia, pesquisadores da Universidade de Cambridge (Inglaterra) submeteram ratos a testes e descobriram algo interessante.

Os cientistas dividiram os bichinhos em dois grupos. Um grupo fazia corridas diárias (ficavam rodando dentro de um tubo de laboratório) e outro grupo só fazia comer e dormir. Depois de algum tempo, os grupos foram submetidos a testes de memória.

Os roedores foram colocados à frente de dois quadrados, um ao lado do outro. Ao tocarem o da esquerda, recebiam uma bolota de açúcar; se tocassem o da direita, não recebiam recompensa alguma.

Os que se exercitavam apresentaram melhor memória e tiveram desempenho duas vezes superior nos testes, ganhando bastante açúcar (devem ter engordado de tanto comer... recuperaram o que perderam nos exercícios...). Além do melhor aproveitamento nos testes, exames detectaram o aumento de 6000 células cerebrais nos "ratos atletas", o que surpreendeu os pesquisadores. Bem! Se antes eu já corria, agora é que vou correr mesmo. Aliás, como não tenho a inteligência de Einstein e nem a aparência do Tom Cruise, procuro fazer de tudo para melhorar tanto uma como a outra.

Mas atenção! Alguém que se dedica a exercitar apenas o cérebro e esquece do físico pode ter a intelectualidade ofuscada por doenças decorrentes do sedentarismo ou pela exuberância de uma barriga que o impede de enxergar o próprio pé. Por outro lado, quem se dedica apenas à atividade física poderá ter um corpo forte, mas um cérebro fraco, e a beleza física certamente ficará comprometida pela pobreza intelectual.

Portanto, é preciso exercitar o físico e a mente, pois além de um ajudar o outro, *mens sana in corpore sano* (uma mente sã em um corpo são), ambos contribuem para o desempenho do individuo em uma sociedade extremamente competitiva e observadora da vida alheia.

Para concluir este tópico, assinalo que quando se pensa em uma coisa de cada vez, ou seja, concentra-se apenas em um objetivo, aproveita-se

melhor o tempo e o resultado é bem superior do que se não houvesse concentração. Por exemplo, suponhamos que a pessoa deixou de ir ao churrasco no final de semana para ficar estudando. Caso ela fique pensando no churrasco, o estudo não vai render. Então melhor seria que tivesse ido ao churrasco e aproveitasse a ocasião para fazer higiene mental, do que ficar em casa estudando sem concentrar-se. O mesmo se diga se for ao churrasco e levar o livro para ficar estudando. Ela não se divertirá direito e nem conseguirá estudar corretamente.

Na época em que eu estudava para concurso, muitos amigos concurseiros estudavam bem mais do que eu. No entanto, eu passava melhor classificado. Era que eu não me preocupava com a quantidade de horas estudadas, mas sim com a qualidade do estudo. Claro que o tempo de estudo é importante; no entanto, é melhor uma pessoa passar quatro horas estudando concentrada do que ficar o dia inteiro estudando sem concentração (pensando em outras coisas ou interrompendo o estudo constantemente).

Disciplinando-se para fazer bem feito uma coisa de cada vez, sobrará tempo para fazer tudo. Caso não haja disciplina, de forma que a pessoa faça uma coisa pensando na outra, não fará nada bem feito. No caso dos estudos, ela não vai render, ainda que destine muito tempo para preparação. Portanto, é necessário concentrar-se para o estudo e pensar somente no que está estudando. Fazendo isso, a aprendizagem renderá e ter-se-á tempo para fazer outras coisas boas da vida que não devem deixar de ser feitas, mesmo quando se está na preparação intensa de um grande concurso.

FREQUÊNCIA

Estudar é igual a praticar esportes: a regularidade é essencial para o sucesso. Um sujeito que caminha todos os dias 30 minutos obterá condicionamento físico melhor do que aquele que corre quatro horas no sábado e outras quatro no domingo, uma vez por mês.

Conheço muitos que deixam para estudar em cima da hora, quando sai o edital do concurso. A pessoa fica desesperada, vira a noite estudando e não consegue sequer fechar as matérias do edital.

Para adquirir o hábito da leitura é preciso ler com frequência. O indivíduo precisa fazer mais esforço para adquirir tal hábito, por isso há menos pessoas habituadas em ler do que em ver novelas. Todavia, o exercício da leitura despertará cada vez mais o interesse literário, pois à medida que se exercita o hábito, mais o leitor torna-se crítico; com efeito, procurará ocupar menos o cérebro com atividades que não enriqueçam o conhecimento. Assim, deixará atividades, como assistir a novelas e outras semelhantes, apenas como recreação e de forma esporádica.

Para disciplinar o exercício da leitura é aconselhável marcar o tempo (tipo ler diariamente uma hora, duas horas etc.), bem como fixar metas, tais como ler pelo menos um livro por mês. Para ajudar na empreitada, aconselha-se sempre andar com um livro a tiracolo e, assim que tiver tempo (na viagem de ônibus ou de metrô, na fila do banco, na espera do dentista etc.,) em vez de ficar pensando no próximo capítulo da novela, nas razões do seu time ter perdido, na vida do vizinho etc., aproveita-se o precioso tempo para ler.

Adquirir o hábito da leitura não é difícil, basta **motivar-se**, por exemplo, pensar que a leitura mudará para melhor a sua vida. **Concentrar-se**, pensando apenas no que está estudando, procurando entender, fazendo reflexões e análises do que é lido e **exercitar**, lendo com bastante frequência. Para ajudar nessa tarefa é bom, de vez em quando, fazer exame de consciência, do tipo, será que a novela que estou assistindo está me ajudando a aperfeiçoar o meu raciocínio? Será que ficar estático horas em frente à televisão está me ajudando em alguma coisa?

Sempre que chegar ao final da novela (para aqueles que as assistem), pensar que o tempo desperdiçado como telespectador passivo, diante das tramas de resultados previsíveis (os vilões começam se dando bem e terminam se dando mal, já os mocinhos têm trajetória contrária) poderia ser utilizado na leitura de vários livros, ou na realização de um curso, proporcionando ao leitor, além da possibilidade de melhoria de vida, bastante exercício ao cérebro, não como sujeito passivo diante de tramas que imprimem pouco exercício mental, mas como leitor reflexivo, pensante e crítico, fazendo bastante exercício cerebral.

Falei de novela por ser um dos maiores passatempo dos brasileiros (na verdade, perda de tempo), mas o exame de consciência pode ser feito sobre qualquer coisa que não enriqueça o conhecimento, como jogo

de videogame, jogo de baralho ou outra atividade ociosa, cujo tempo despendido poderia ser utilizado em atividades produtivas.

Claro que uma vez ou outra é salutar curtir um pouco de ociosidade, assistir a um capítulo de novela, jogar videogame etc., mas isso não pode ser feito com frequência, o que deve ser realizado constantemente é a leitura e os estudos, pois, além de desenvolver o raciocínio e fomentar o conhecimento, no exame de consciência, o indivíduo sentir-se-á muito bem, o que é ótimo para a sua autoestima (o tempo passa muito rápido e não se deve desperdiçá-lo com coisas inúteis).

É mais fácil adquirir o hábito de ler do que o de estudar. Um livro é lido se o leitor gostar do que está escrito, se não gostar, basta largar e pegar outro. Estudar é diferente, nem sempre se estuda somente o que dá prazer. Em um concurso público, se a pessoa for estudar somente as matérias prediletas, será reprovada. É preciso estudar as disciplinas de que se gosta e as de que não se gosta (a motivação é essencial nessa missão. Deve-se pensar nos benefícios da conquista, bem como nos problemas que terá de enfrentar, caso desista). Muitas vezes, eu estudava mais as matérias de que não gostava, pois tinha mais dificuldade para assimilar. Quando se entra nos estudos para valer, com vontade de vencer mesmo, estuda-se qualquer matéria, basta que seja cobrada no concurso.

Uma coisa é certa: só passa em concurso quem estuda. Desconfie de quem passou e disse não ter estudado nada. Ele pode ter estudado, nem que fosse anteriormente, falta com a verdade ao dizer que não estudou para impressionar ou então pode ter sido favorecido por uma fraude. Há delinquentes que conseguem fraudar a fiscalização e vender seus serviços para candidatos; às vezes, há fraude dentro da própria instituição que realiza o certame.

Lamentavelmente isso acontece e, muitas das vezes, serve de desculpa para os candidatos fracos e mal preparados se justificarem pelo insucesso, alegando que os concursos são todos fraudados e só passam os candidatos de “cartas marcadas” ou os que compram as respostas das provas.

Embora a hipótese de fraude sirva de alegação para o candidato fraco se justificar e até desistir de fazer concurso, não deve desanimar os que almejam um cargo público pela forma mais legítima: o concurso público.

Conquanto haja fraude, felizmente não atinge todos os concursos, e os atingidos são em pequena parte. Com efeito, a possibilidade de um concurso ser fraudado não pode ser motivo para desestimular aqueles que buscam uma vaga no serviço público por meio dos estudos. O que o candidato deve fazer é se preparar para o concurso e esquecer as probabilidades de fraudes.

ESTUDO MODERADO

Caso eu tivesse cultivado o karatê para fins de competição, provavelmente teria sido um grande atleta, pois tinha muita facilidade para essa modalidade esportiva. Entretanto, nunca pensei nessa hipótese por uma razão: não gosto de perder. E no mundo esportivo, peço desculpas para quem pensa contrariamente, mas quem não fica em primeiro lugar é perdedor.

Nos esportes, na minha opinião, não existe diferença entre o segundo lugar e o último. Logo, com meu espírito de sempre querer vencer, treinaria exageradamente para buscar o primeiro lugar e teria de abdicar de outras atividades da vida, o que não seria bom.

Nós, brasileiros, quando pensamos em competição esportiva, nossa mente nos leva direto ao futebol. E o segundo lugar é péssimo. Ninguém gosta de ser vice. Alguns clubes são estigmatizados por serem contumazes "ganhadores" do segundo lugar e, por isso, são conhecidos como os eternos "vice". O segundo lugar de um campeonato de futebol significa que ele ganhou de todos, exceto do primeiro. Deveria comemorar, mas geralmente o que se vê é choro e a situação fica pior ainda se, no campeonato seguinte, o caso se repete.

Nas competições esportivas individuais, principalmente em Olimpíadas, o segundo e o terceiro lugares, muitas vezes, são comemorados. Geralmente esses resultados são festejados por quem não esperava ganhar medalhas (o que vier é lucro). Já os que esperam ganhar a medalha de ouro, e certamente se prepararam para isso, não gostam de ganhar a de prata e muito menos a de bronze. Quando perdem a de ouro, não comemoram o segundo ou terceiros lugares ou então o fazem meio sem graça, com o indisfarçável gosto de derrota.

Portanto, a comemoração de quem não ganha o primeiro lugar é relativa, vai depender da sua expectativa na competição esportiva.

Eu só participaria de uma competição esportiva, se tivesse reais condições de obter o primeiro lugar e, para isso, me entregaria de corpo e alma aos treinamentos. É que o meu espírito esportivo é péssimo, pois nunca assimilei aquela história de que o importante é competir. Ocorre que sempre gostei de fazer muitas coisas; por isso, não quis me envolver em atividades esportivas, para fins de competição, pois não me sobraria tempo para outras atividades, já que treinaria exaustivamente para conquistar o primeiro lugar.

Sempre pratiquei esportes desde a infância, mas apenas para obter minha dose necessária de endorfina (substância química – uma "droga" do bem – produzida pelo organismo em resposta aos esforços físicos) que proporciona prazer e sensação de bem-estar. Além disso, me mantém fisicamente em forma, com a mesma disposição de 30 anos atrás. Nunca pratiquei esporte para fins de competição, pela razão acima mencionada.

Nos estudos, embora eu tenha passado em três concursos em primeiro lugar, nunca estudei com tal objetivo. A minha meta era vencer, ou seja, passar dentro do número de vagas. A mesma sugestão eu deixo aos leitores. Estudem para passar dentro do número de vagas. O primeiro lugar, se vier, é ótimo, mas não o coloquem como meta. Assim, em um concurso público que oferece 30 vagas, vencedores serão os que passarem dentro desse número; o que ficou em 30º lugar é vencedor. O 31º pode ser vencedor, pois tem chance de ser chamado, juntamente com outros que ficaram perto do número de vagas oferecidas. Contudo, vão amargar uma espera que pode demorar ou não, podendo, inclusive, nunca serem chamados, se o concurso perder o prazo de validade.

Com efeito, vencedores são aqueles que passam dentro do número de vagas oferecidas, os que ficaram perto podem se tornar vitoriosos se forem chamados, caso contrário, ficarão na relação dos perdedores, infelizmente.

Mas atenção! O perdedor de hoje pode e deve ser o vencedor de amanhã (isso aconteceu comigo e com a grande maioria dos aprovados que já conheci). Portanto, se em um concurso você não ficou dentro do número de vagas ou se nem foi classificado, isso não é motivo para desistir da luta (a perda de uma batalha não significa a perda da guerra),

muito pelo contrário, deve estudar ainda mais. O verdadeiro concurseiro (até rima) nunca desiste. Tropeços ocorrerão e isso é normal, mas eu não conheço nenhum concurseiro da minha época de concursos que hoje esteja desempregado. A revista *Veja*, de 13 de julho de 2011, fez uma grande reportagem intitulada: **AS LIÇÕES DOS CAMPEÕES**. Dez pessoas, consideradas vitoriosas em concurso público pela revista, foram entrevistadas. Fui uma delas. A reportagem destacou a minha frase: **"A reprovação faz parte do jogo, e não existe concurso perdido. O conhecimento se acumula até que, um dia, vem a aprovação."** De fato, a reprovação em um concurso, para quem não desiste e sabe tirar proveito dos erros, serve de preparação para outro.

A DURAÇÃO

Como neste tópico o assunto diz respeito ao estudo com moderação, então vamos lá. Durante a faculdade, eu estudava uma média de duas horas por dia, algumas vezes menos, outras mais, pois trabalhava e tinha outras atividades (estou falando o estudo por conta própria, ou seja, fora das atividades acadêmicas).

Depois de formado, aumentei o número de horas estudadas, uma vez que não tinha mais as atividades acadêmicas formais. O tempo variava de quatro a seis horas por dia, com descanso aos finais de semana. Essa era a média de estudo normal; porém, quando se aproximava um concurso aumentava o ritmo. Por exemplo, assim que saí da faculdade, para o primeiro concurso estudei demasiadamente, pois queria passar de qualquer jeito e acabei conquistando o primeiro lugar.

O tempo vai depender de cada pessoa. Para quem não tem o hábito de estudar, é bom fixar horário escrito para se disciplinar. Depois de adquirido, torna-se desnecessário, mas há pessoas que continuam marcando o horário para melhor administrar o tempo. Aliás, muitas vezes, a administração escrita do horário serve até para não exagerar; é que, por vezes, envolve-se demais nos estudos que até se esquece do tempo.

O importante é que a pessoa procure estudar com regularidade, o tempo vai depender de cada situação, se trabalha ou não trabalha, se tem filhos, esposo(a), namorado(a) etc. Ao adquirir o hábito de estudar

(que depende de boa motivação), saberá administrar e se policiar para não exagerar e nem estudar de menos.

O problema é vencer a inércia, a preguiça mental. Por isso, é preciso ter motivação para começar a estudar; porém, depois de vencer essa barreira, vai ser difícil parar. O mesmo acontece com quem começa a malhar, depois que entra no ritmo, deve ter cuidado para não exagerar.

Ao assimilar-se o desejo de passar em um concurso, dá vontade de esquecer o trabalho (quem trabalha), da família, dos amigos, de tudo, e se dedicar exclusivamente aos estudos. Quando isso ocorre é preciso saber administrar, pois o excesso pode prejudicar; daí a importância de estudar com regularidade, fazendo-se um esquema de estudo contínuo.

É muito importante junto à regularidade de estudo praticar exercícios físicos para oxigenar o cérebro, bem como se divertir de vez em quando, pois manterá o astral em alta e facilitará a aprendizagem.

A abstinência dos estudos é abominável, pois o tempo será preenchido pela ociosidade ou por outras coisas piores, porém, o excesso também prejudica. O ideal é a regularidade sem exagero e sem desespero. Penso que, para quem tem disponibilidade (não trabalha e nem tem outros compromissos), oito a 10 horas por dia está no limite, acima daí começa prejudicar. Não se deve exagerar.

Para quem está assustado com esses números de horas de estudo, devo dizer que, depois que assimilamos a necessidade de estudar, não vemos o tempo passar e gostaríamos que o dia tivesse pelo menos 30 horas. Ademais, quem utiliza o tempo estudando aproveita melhor a vida, pois ao fazer outras coisas, elas tornam-se mais agradáveis.

Suponhamos que dois indivíduos vão para a balada no final de semana. Um passou a semana toda ocioso, assistindo a futebol, novela, programas de fofoca, jogando cartas etc.; o outro passou a semana inteira estudando. Este último certamente vai se divertir bem mais, pois tem a sensação do dever cumprindo e por isso aproveita o momento de diversão que entende como um direito seu, um prêmio pelo seu esforço. E se diverte mais ainda quando sai o resultado do concurso e seu nome está na relação dos aprovados.

Desde pequeno sempre me preocupei com a saúde, por isso nunca deixei de praticar exercícios físicos, assim como me preocupo com a

alimentação; porém, de vez em quando, devoro um *big tasty* (sanduíche avantajado do McDonald's, o "matador de fome"), um cachorro-quente tamanho gigante, pipoca com bastante sal, refrigerantes, entre outras guloseimas. Penso que uma vez ou outra esse tipo de alimentação não faz mal, sem contar que é muito gostoso, mas, se passar a comer todos os dias, além de outros problemas de saúde, certamente quebrarei a balança.

Da mesma forma, de vez em quando, entrego-me à ociosidade. Vejo futebol, programas populares de televisão, finais de novelas (só gosto de ver o final) e até leio revista de fofoca. Mesmo no tempo em que estudava para concurso, ocasionalmente tirava um dia para ficar ocioso e curtia esses programas que devem ser cultivados igual à alimentação *fast-food*, só esporadicamente.

Em pequena dose tais programas servem para fazer higiene mental, contudo, em doses elevadas são extremamente prejudiciais a tudo, principalmente à cultura, levando o assíduo telespectador, por exemplo, a "aprender" que escola se escreve com "i" (certa vez, ao vivo e a cores, uma apresentadora ensinou dessa forma. Meu Deus! Chamem a polícia, ou melhor, desliguem o tubo...).

O certo é conciliar os estudos com a diversão, ter responsabilidade, disciplina, determinação e bom-senso. Tudo na medida certa, sem excesso. Estudar demais sem descanso, sem diversão e sem exercício físico pode levar o estudante à loucura (sei de pessoas que ficaram loucas por estudar assim).

Tudo em excesso faz mal, até água. Nos Estados Unidos, em 2007, Jennifer Strange morreu em decorrência de "overdose de água". Ela participou de uma competição realizada por uma rádio, que premiava com um videogame quem bebesse mais água. A mulher, que tinha 28 anos e era mãe de três filhos, bebeu tanta água, que se intoxicou e morreu.

ESQUECENDO O MITO

Concluindo este tópico, falo sobre o estudo antes da prova. Dez entre dez educadores dizem que se deve ter um descanso entre os estudos e a prova. Na época em que estudei na escola militar, essa orientação era frequentemente desconsiderada, pois o excesso de avaliações e a

grande quantidade de matéria ministrada nos obrigava a estudar não só na noite anterior como também poucos minutos antes da prova.

Uma vez apostei com um colega para saber quem tiraria maior nota em um prova de Meteorologia. Quem perdesse, além de pagar lanches, dançaria de saia perante a turma. As disciplinas curriculares eram distribuídas em apostilas, que resumiam o assunto ministrado em sala de aula pelos instrutores. A apostila de Meteorologia tinha mais de 100 páginas.

Confesso que não gosto de perder, ainda mais ter de pagar aquela aposta que fora escolhida pelos colegas para servir de gozação. Por isso, faria de tudo para vencer ou, na pior das hipóteses, empatar.

A prova, como de costume, foi marcada com poucos dias de antecedência. Todos os colegas estudaram muito como sempre, mas nós, os apostadores, estudamos além do costume.

Passamos a noite inteira estudando na véspera da prova. Quando amanheceu, alguns colegas disseram que nós dois seríamos reprovados, pois iríamos confundir tudo na hora da prova.

Apesar de sempre estudar muito, aquela experiência era inédita. Fiquei preocupado com o meu desempenho, pois não sabia como me comportaria na hora de utilizar os conhecimentos adquiridos no sacrifício.

Mesmo dentro da sala para fazer a prova, eu revisava a apostila e só parei de estudar quando o material foi recolhido, alguns minutos antes do início da avaliação.

Ao iniciar, concentrei-me apenas em responder as questões, esqueci o cansaço e fui resolvendo como se estivesse com a apostila aberta, lembrava até do número da página.

Estava tão concentrado que, quando me dei conta, por causa do aviso que faltavam apenas cinco minutos para o término, restavam na sala apenas o examinador, eu e o colega que competia comigo. Naquele momento, só faltava responder uma pergunta. Tinha certeza de que acertara todas as demais, inclusive, por precaução, já havia passado para o cartão de resposta.

A prova era de múltipla escolha. Quando fomos alertados do tempo, já fazia uns 10 minutos que eu tentava em vão encontrar a resposta para a questão derradeira. Tinha convicção de que o meu problema era o mesmo que o do colega.

Mentalmente viajei várias vezes pelo inteiro teor da apostila, realizei todos os tipos de raciocínio possíveis sobre o assunto, bem como lembrara cada gesto do instrutor, explicando a matéria, mas não conseguia extrair a resposta desejada. Estava convencido de que, a partir dali, seria inútil procurá-la. Restava apenas decidir se chutava ou não a resposta.

É que se chutasse errado, além da perda dos pontos referentes à resposta errada, ainda seria penalizado (cada resposta errada dava como penalidade 1/3 de uma resposta correta), o que poderia me levar à derrota, caso o colega deixasse em branco.

Cruzando todo o conhecimento que detinha sobre o assunto com as alternativas em análise, consegui eliminar três opções, que não poderiam estar corretas. Fiquei em dúvida em dois itens.

Se minha análise estivesse correta em relação aos três itens excluídos, havia 50% de probabilidade de a resposta correta ser qualquer uma das duas alternativas, por isso, a grande dúvida: se deixava em branco ou chutava.

Quando o examinador assinalou que faltavam trinta segundos para o término e que depois não poderíamos pegar no caderno de testes, resolvi chutar.

Saímos juntos. O colega confirmou que a minha dúvida era a mesma dele e, a exemplo de mim, também chutou, só que noutra resposta.

O incrível é que, durante a prova, fiquei tão concentrado que nem lembrei que estava extremamente cansado. Meu cérebro funcionou muito bem e não sofri nenhum embaraço mental como previam. Porém, depois que entreguei a prova, parecia que estava voltando do acampamento, estava tão cansado que minha vista estava embaçada.

Três dias depois, saiu o resultado. A sorte ficou ao meu lado, acertei a questão, tirei 10 e ganhei a aposta. O colega bem que tentou esquivar-se, mas não teve jeito: foi obrigado a dançar de saia perante a galera, que delirou com o espetáculo da "dançarina".

Foi única a experiência de virar a noite inteira estudando para uma prova no dia seguinte; todavia, em concurso público eu costumava estudar até a hora da prova. Procurava dormir bem na noite anterior (dormia tranquilo, pois a estratégia mental ofensiva me deixava nesse estado). Dirigia-me cedo para o local de exames, estacionava o carro bem na entrada e ficava revisando a matéria que tinha mais dificuldade (na úl-

tima hora deve-se apenas revisar). Nunca me atrapalhei estudando até a hora da prova, muito pelo contrário, acertei inúmeras questões com essa estratégia. Esse tipo de revisão é muito importante, principalmente para prova subjetiva. Mais adiante, voltarei a este assunto (estudar antes da prova), quando falar do estudo para prova subjetiva.

Capítulo 14

COMO ESTUDAR A COISA CERTA

Fui reprovado seguidas vezes no primeiro concurso, que só exigia o primeiro grau. Depois de formado, no primeiro concurso de nível superior da área jurídica, realizado logo após a formatura, passei em primeiro lugar.

Será que eu era "burro" e me tornei "inteligente"? Nem uma coisa nem outra. Na verdade, aprendi a estudar e a fazer concurso.

A primeira coisa para se ter sucesso em um concurso é a motivação, e disso já falei. Ocorre que só a motivação não basta, pois quando fui reprovado seguidas vezes tinha bastante motivação. Isso me fazia estudar e até exagerava. Além da motivação,é necessário estudar a coisa certa.

Falarei de estratégias para o estudo do Direito, considerando que todo concurso público tem questões da área jurídica (Direito Constitucional, Administrativo etc.), uma vez que o interessado ao cargo público, independente da função que irá exercer (motorista, médico, psicólogo etc.), deverá conhecer a relação jurídica mantida com o Estado.

As questões das provas geralmente estão relacionadas ao direito prático, a situações reais, ainda que muitas das vezes hipotéticas, mas de ligação plausível com o mundo real ou até mesmo com o mundo ideal. São poucas as questões que fogem desse parâmetro.

As provas são baseadas em texto legal vigente (lei em vigor), doutrina consagrada (tradicionais) e jurisprudência dominante (as que prevalecem). Algumas questões fogem desse padrão, mas as exceções estão limitadas a raras perguntas que não chegam a comprometer o desempenho do candidato preparado.

Para quem não é do ramo, de forma bem simples e apenas para dar uma ideia ao leitor, sem entrar em discussão jurídica, digo que lei é uma regra jurídica escrita, por exemplo, o Código Civil é uma lei. Doutrina é o estudo desenvolvido pelos juristas (estudiosos do Direito), que tem por objetivo explicar um tema relativo ao Direito. Jurisprudência é interpretação reiterada (continuada) que os Tribunais dão no mesmo sentido sobre uma norma jurídica, ao aplicá-la no caso concreto.

Todo conhecimento jurídico necessário, tanto para passar em concurso quanto para advogar, está inserido dentro da lei vigente, da doutrina consagrada e da jurisprudência dominante. Ocorre que saber disso é o mesmo que se estivesse procurando uma pessoa e alguém dissesse que ela poderia ser encontrada na Europa, na Ásia ou na América do Sul.

Com efeito, é preciso delimitar o estudo para não perder tempo com aquilo que certamente não será cobrado nas provas, bem como não tenha utilidade prática nas demandas forenses.

A LEI COMO PARÂMETRO DE ESTUDO

Em vez de se enveredar no estudo intenso da doutrina, com avanço profundo verticalmente, mas pouca extensão horizontal, deve-se basear o estudo jurídico a partir da legislação codificada, utilizando a doutrina apenas para ajudar na interpretação dos dispositivos legais estudados.

É que se a pessoa tentasse estudar toda a doutrina existente, ainda que fosse apenas a dos doutrinadores mais conhecidos, passaria o resto da vida estudando e não conseguiria estudar tudo, pois há muita doutrina produzida e constantemente entra coisa nova no mercado.

Portanto, a tática é estudar a partir dos textos legais, porém há muita legislação, logo, a estratégia é trabalhar com a legislação mais utilizada.

Concentrei os estudos na Constituição Federal, nos códigos e em algumas leis esparsas mais usadas como a Lei de Ação Popular, Ação Civil Pública, Lei de Improbidade Administrativa, Lei de Tóxicos etc.

Estudava artigo por artigo de cada Código, simultaneamente para não estressar, ou seja, um pouco de Direito Civil, outro de Penal, e assim sucessivamente. Jamais procurei decorar, pois não ajudaria em nada. Pro-

curava entender e, para isso, me socorria da doutrina e, quando o artigo da lei era polêmico, buscava a opinião de vários doutrinadores.

Não decorava os artigos de lei, pois se fizesse isso, além da perda de tempo, tal conhecimento seria inútil. Só para se ter uma ideia, há pouco tempo, era permitido consulta à lei na prova objetiva do concurso para Procurador da República. Embora grande parte das questões objetivas pudessem ser extraídas diretamente do texto legal, o manuseio dos Códigos só servia para atrapalhar os candidatos. Isso porque as questões não eram formuladas literalmente como descritas nas normas. Era necessário interpretar.

Daí os candidatos preparados não precisavam do auxílio do texto legal para resolver a questão. Por outro lado, os despreparados bem que tentavam socorrer-se do texto, mas não conseguiam ver a resposta, pois ela não estava disponível em formato literal e a consulta aos Códigos servia apenas para atormentá-los.

Aliás, os candidatos preparados acabavam sendo prejudicados, perdendo a concentração com a barulheira produzida pelos despreparados que, no desespero, folheavam os Códigos com rapidez, na tentativa de encontrar as respostas que não sabiam.

Hoje não se permite mais consulta na prova objetiva do referido concurso, há permissão apenas para a prova subjetiva (dissertativa), como o é nos outros concursos.

Assinalo que a tendência nos concursos públicos de se dar preferência ao conhecimento jurídico codificado não é por acaso e está relacionado ao Direito Positivo (Direito escrito) que orienta o nosso ordenamento jurídico. Ademais, o direito codificado potencialmente é aplicável na prática, por isso as bancas examinadoras dos concursos públicos direcionam a formulação das perguntas nesse sentido.

Falando nisso, há um descompasso entre o que as faculdades ensinam e o que é cobrado em concurso público. As instituições de ensino preocupam-se mais com a formação teórica, já os concursos tendem a cobrar conhecimento voltado para a prática; por isso, o grande número de vagas não preenchidas, principalmente nos concursos para o Ministério Público e para a Magistratura.

A propósito, a seguir transcrevo matéria publicada no Consultor Jurídico, falando da necessidade da prática no estudo jurídico:

"Advogados dos EUA querem menos teoria nas faculdades

Por João Ozorio de Melo*

Na reunião anual da American Bar Association – a Ordem dos Advogados dos EUA –, que este ano está sendo realizada em Toronto, no Canadá, desde o dia 3 de agosto, a seccional de Nova York apresentou uma proposta aparentemente bem aceita: que o ensino nas faculdades de Direito seja menos teórico e mais prático. Segundo a entidade, os estudantes precisam 'aprender de forma prática como usar a legislação para ajudar a resolver os problemas dos clientes', dizem os dirigentes, segundo o Law.com.

A seccional argumenta que os estudantes de Direito precisam dos livros, mas também de mais 'trabalho clínico', como reunião com clientes, atuação nos tribunais e tudo o mais que um advogado faz em seu trabalho cotidiano. 'Vocês nos mandam novos advogados que não sabem fazer nada de útil para os clientes, embora tenham passado no exame da ABA', dizem as firmas de advocacia às faculdades de Direito, como contou o decano da Universidade de Harvard, Larry Kramer, ao The Wall Street Journal.

Algumas faculdades de Direito estão tomando a iniciativa. A Nova York contratou 15 novos professores nos últimos dois anos, todos advogados atuantes, com a missão de ensinar aos estudantes técnicas de negociação, assessoria jurídica, pesquisa de legislação e investigação de fatos. Na Universidade Washington and Lee, o curso de Direito substituiu, no currículo do terceiro ano, todas as palestras e seminários no estilo 'socrático' por simulações fundamentadas em casos reais, feitas por advogados atuantes.

Muitas faculdades oferecem 'clínicas internas', estágios ('internships') e 'externiships' (sem tradução que faça sentido em português, é equivalente a um estágio como auxiliar de juiz). Mas o estudante faz isso em troca de créditos acadêmicos mínimos, o que o desestimula, diz o site nontradlaw. *Entretanto, os estudantes devem aceitar qualquer coisa que facilite relacionamento com advogados. É muito mais fácil do que enviar currículos e fazer entrevistas para conseguir um emprego, afirma o site.*

'Uma das grandes queixas contra as faculdades de Direito é a de que elas não ensinam ninguém a ser um advogado', afirma o nontradlaw. *'Os estudantes de Medicina aprendem a praticar com médicos de verdade. Esse não é o nosso caso', diz a advogada BeiBei Que, cuja banca butique ajuda empresas iniciantes de tecnologia a navegar pelas questões jurídicas. 'Tive de aprender tudo sozinha, depois que inaugurei a banca: com fazer networking, conquistar clientes, fazer um plano de negócios', ela contou ao* The Wall Street Journal. *'As faculdades de Direito estão bem atrás de outras instituições voltadas para o mundo real, como as faculdades de administração (business schools)', diz o jornal.*

Em 2010, apenas um quarto dos bacharéis em Direito conseguiram um emprego nos grandes escritórios de advocacia do país, relata o jornal. Nesse ano, 54 mil bacharéis passaram no exame de ordem, mas as vagas, em todo o sistema, eram menos do que a metade desse número, segundo consultores da Economic Modeling Specialists Inc.

*Em um relatório submetido à ABA, a firma de advocacia Doyle and Younger sugeriu que 'as regras de credenciamento [*das faculdades de Direito*] devem enfatizar o ensino sobre como aplicar a teoria e a doutrina na prática real'. É o que faz a faculdade de Benjamin N. Cardozo, segundo seu diretor de Comunicação, John DeNatale. 'Em classe, os estudantes discutem aspectos doutrinários dos casos; no campo, aplicam o que aprenderam em situações complexas, representando clientes reais. 'Conforme os estudantes desenvolvem suas aptidões de solução de problemas, interagindo com clientes, eles se tornam advogados poderosos', ele declarou ao* The Wall Street Journal*'.*" (*Revista Consultor Jurídico*, 6 de agosto de 2011)

(*) João Ozorio de Melo – Correspondente da *revista Consultor Jurídico* nos Estados Unidos.

Infelizmente, as faculdades precisam e devem cumprir a carga teórica que o curso reclama, cabendo ao aluno, que necessita passar em concurso ou advogar, compensar o conteúdo acadêmico, estudando por conta própria e/ou em cursinhos com a visão voltada para a prática.

Os exames da OAB reprovam, em média, oitenta por cento dos candidatos. Nos exames do ENADE (Exame Nacional de Desempenho de Estudantes), cuja avaliação é feita de acordo com os currículos universitários, também se verifica índice baixo de aproveitamento.

É imprescindível estudar, porquanto não existe nenhuma fórmula que dispense a necessidade de "meter a cara" nos livros. Quando trabalhei no Amapá, dei aula para algumas pessoas que se preparavam para concurso. A reclamação era da "concorrência desleal", uma vez que candidatos de outros estados, mais preparados e mais experientes, acabavam superando os concorrentes locais e ocupavam as vagas, mormente nos concursos da Magistratura e do Ministério Público.

A sugestão que passei foi que estudassem bastante para superar os concurseiros de fora e que não se intimidassem com o currículo e nem com a experiência deles. Uma aluna, justamente a mais esforçada do grupo, levou a sério a recomendação, estudou muito e, no concurso seguinte para a Magistratura local, tornou-se juíza, com aprovação em primeiro lugar.

Portanto, o segredo é estudar. Não conheço ninguém que tenha obtido sucesso em concurso público sem se dedicar aos estudos. Porém, não basta apenas estudar, é preciso ter método. No início de minha carreira de concurseiro, como mencionado, sofri várias reprovações porque não tinha técnica e nem estratégia de estudo.

Capítulo

TÉCNICAS DE MEMORIZAÇÃO

Decorar um artigo de lei para fazer uma prova seria o mesmo que estivesse com a lei escrita na própria mão e não soubesse interpretar.

Contudo, para se ter sucesso em uma prova, embora não se deva decorar, é necessário assimilar o conteúdo consignado no texto legal e, para isso, é imprescindível o uso da memorização. Sem memória não somos ninguém e se a perdêssemos não seríamos capazes de dizer o próprio nome, onde moramos, quem seria nossa família, onde trabalhamos etc.

A capacidade de memorizar, além de ser essencial para a vida em sociedade, é fundamental para quem deseja vencer nos estudos.

No caso do estudo jurídico, conquanto não se deva decorar os artigos de lei, é necessário armazenar as informações jurídicas. Para facilitar essa tarefa, eu baseava o estudo na sequência dos Códigos de lei (Código Penal, Código Civil etc.). Lia artigo por artigo e procurava entender o que significava; para isso, utilizava a doutrina na quota necessária para a compreensão.

Ocorre que a memória precisa de ajuda para funcionar com eficiência. Existem várias técnicas que certas pessoas utilizam para se exibirem como se tivessem memória fabulosa. Por exemplo, o jornalista americano Joshua Foer foi assistir ao Campeonato Americano de Memória para uma reportagem e ficou impressionado com as habilidades dos "atletas mentais".

O jovem jornalista, na época com 23 anos, resolveu treinar a própria memória. Depois de um ano de treinamento, ele ganhou o Campeonato Americano de Memória. Todavia, conforme se extrai da entrevista concedida à revista Época (25 de julho de 2011), parece que a "fabulosa" memória não tem utilidade prática, servindo apenas para exibição. Essa

foi a impressão que eu tive, quando resolvi treinar a minha memória com tais técnicas (memória de vínculo, memória de prego etc.). Mesmo com pouco treinamento, eu conseguia memorizar muita coisa e já até fazia "show" para familiares e amigos. Porém, logo desisti, pois vi que não tinha utilização prática e não serve para os estudos mais aprofundados, exceto para decorar alguma coisa que não reclame raciocínio.

Para fomentar a memorização e torná-la duradoura – a fim de que possa ser utilizado nos estudos – é necessário transformar situações abstratas em concretas, ainda que sejam hipotéticas para proceder a fixação. Assim, mentalmente imagina-se como o assunto jurídico em estudo pode ser empregado na prática. Eu fazia bastante isso quando estudava para concurso e acabava vivenciando situações mentais construídas a partir das informações extraídas do estudo jurídico.

Ademais, eu não perdia tempo com a mente tagarelando à toa, ocupava-a, exercitando o conhecimento jurídico que acabara de adquirir, isto é, ficava imaginando o que tinha estudado em vez de ficar ocupando a mente com besteirol. Pensando no que se estudou, além de melhorar a fixação, aprimora-se o raciocínio, pois se trabalha a imaginação em cima dos dados estudados. Isso é fácil de fazer, basta praticar.

Exercita-se mentalmente a situação teórica, imaginando sua aplicação prática. Por exemplo, o art. 110, do Código, dispõe: ***"A manifestação de vontade subsiste ainda que o seu autor haja feito a reserva mental de não querer o que manifestou, salvo se dela o destinatário tinha conhecimento."*** Este artigo cuida do instituto da reserva mental, tratado no novo Código Civil de 2002, o anterior Código Civil de 1916 não regulava o assunto.

Não devemos decorar o que dispõe o referido artigo, mas procurar entender o que diz a norma e depois encontrar exemplos para fixar o conhecimento. No exemplo em tela, para entender o que diz a norma é preciso saber o que significa reserva mental ("*reservatio mentalis*"). Pois bem, reserva mental é a intenção não manifestada do declarante (intenção oculta), isto é, o sujeito declara uma coisa, mas, no seu íntimo, ele pensa outra coisa e não tem a intenção de cumprir aquilo que declarou.

É uma mentira para enganar o destinatário. Por exemplo, um fazendeiro tem um touro premiado e anuncia a venda do animal, mas a sua real intenção não é vender o referido animal, mas outro touro. Se o comprador não sabe da intenção oculta do vendedor, ou seja, a reserva

mental de não vender o touro premiado, a venda se concretiza sobre o animal premiado.

Veja-se que o referido art. 110 do Código Civil preceitua que a manifestação de vontade subsiste, ou seja, a venda é válida, ainda que haja a reserva mental de não se fazer o que se manifestou, salvo se o destinatário, no caso o comprador, sabia que a intenção do fazendeiro não era se desfazer do touro premiado, mas de outro. Na verdade, o objetivo da norma legal que trata da reserva mental é proteger a boa-fé do destinatário (comprador) contra a má-fé do declarante (vendedor). Agora se o destinatário sabia da intenção oculta do declarante, então ambos estavam com má-fé e o negócio jurídico é inválido.

A base do entendimento desse artigo é saber o que significa reserva mental. A estratégia de estudo para concurso é não perder tempo com as "viagens" da doutrina. Por exemplo, embora esse assunto seja novo, já existem vários livros. Assim, se o concurseiro for comprar os livros que já estão no mercado (sobre a questão), torna-se um especialista no assunto e um reprovado no concurso, pois não terá tempo para estudar outros inúmeros assuntos que fazem parte do edital.

O importante é entender o que diz o artigo. Decorar não vai adiantar, pois exceto em alguns concursos de nível médio que ainda formulam algumas questões literais, nas quais se trocam uma palavra para enganar o candidato, na maioria das provas, principalmente as de concursos nível superior, especialmente os da área jurídica, reclama-se do candidato conhecimento do conteúdo jurídico.

Em cima desse artigo, podem-se fazer mentalmente várias aplicações em casos concretos, consultando a jurisprudência. Além disso, devem-se fazer exercícios, principalmente resolver questões de provas passadas.

Quando tratei da concentração disse do problema do esquecimento, ou seja, a pessoa estuda, aprende, mas depois esquece. Na verdade, quando se aprende, não se esquece. O que pode acontecer é de não se lembrar, caso passe algum tempo sem recorrer ao conhecimento. Por isso, é imprescindível fazer muitos exercícios e revisões.

Quanto mais exercitar e revisar, ou revisar e exercitar, melhor fixa-se a aprendizagem e evita-se o "esquecimento". Eu tiro como exemplo o músico. Por mais que ele conheça muito bem a música, já tenha tocado várias vezes, ele sempre ensaia para não perder o ritmo. No estudo é a mesma coisa, é sempre bom não deixar o conhecimento adquirido

cair no "esquecimento". Uma revisão de vez em quando é um antídoto para evitar esse "mal" que atinge qualquer um que estuda e não volta mais ao assunto estudado. Revisões mentais são excelente para evitar o "esquecimento".

ALCANCE DOS ESTUDOS

O ideal é começar a estudar com antecedência. Deixar para estudar em cima da hora do concurso é complicado. Quem cursa faculdade deve começar a estudar desde o início do curso. Logo nos primeiros semestres como acadêmico, comecei o estudo da forma relatada. Acompanhava as aulas normalmente, mas seguia os estudos próprios acompanhando as sequências dos Códigos, independentemente do ensino regular, louvando-me da doutrina e da jurisprudência.

Como comecei cedo, pude estudar todos os artigos de todos os Códigos. Contudo, se a pessoa já está formada e não tem tempo suficiente para estudar a totalidade dos Códigos, pode concentrar os estudos nas partes que mais são cobradas em concursos, basta ver os editais anteriores, pois o programa geralmente se repete. Inclusive, se o interessado tem um concurso preferido, pode estudar antecipadamente pelo edital anterior.

Por experiência, sei que somente pelo acompanhamento da legislação é possível fechar todo o conteúdo programático dos editais de concurso privativo de bacharel em Direito, porquanto geralmente os editais são muito extensos e, muitas vezes, elaborados na sequência normativa da legislação.

Portanto, a melhor estratégia é seguir o conteúdo programático, estudando por meio dos Códigos, procurando fixar a normatização com o auxílio da doutrina e da jurisprudência na medida certa, ou seja, o suficiente para o bom entendimento.

Capítulo 16

EXERCITANDO A APRENDIZAGEM PARA A PROVA OBJETIVA

Além de estudar seguindo os Códigos com o acompanhamento da doutrina e da jurisprudência, devem-se fazer muitos exercícios, não só para fixar a aprendizagem, mas também para treinar a resolução de provas. É que as questões de concurso público são diferentes e bem mais difíceis das formuladas em prova de ensino regular de uma faculdade.

Em uma prova de concurso as questões são elaboradas sobre um universo grande de informações jurídicas, diferentemente do que geralmente acontece nas provas de faculdade, cujas questões são limitadas a assuntos específicos de cada parte do planejamento didático.

Portanto, o concurseiro deve se adaptar ao tipo de provas de concurso que, além de abranger universo grande, normalmente estão cheias de "cascas de banana".

Os exercícios devem ser provas de concursos passados. Além disso, deve-se resolver como se estivesse fazendo prova de verdade, inclusive é bom cronometrar o tempo. Isso condiciona o estudante a se acostumar com o tipo de questões de concurso e não se estressar.

Hoje, essa tarefa é muito fácil, pois na Internet é possível encontrar as provas de concursos realizados, antigamente era muito difícil consegui-las. Aliás, atualmente tudo está facilitado. Inclusive para se pesquisar as jurisprudências pode-se acessar de qualquer lugar. Antigamente, precisávamos comprar as revistas de jurisprudências, geralmente trimestrais, ou então ir pessoalmente aos Tribunais. Além disso, agora

existem os informativos de jurisprudência que resumem as decisões facilitando ainda mais o estudo. Ou seja, só não estuda quem não quiser, pois as facilidades são muitas.

A propósito, não entendo como existem pessoas que desejam passar em concurso, estudam nesse sentido, mas não tentam resolver provas passadas com receio de se decepcionarem. Parece que elas não querem saber a verdade se estão ou não preparadas. É a mesma coisa de quem suspeita estar contaminado por doença grave, mas tem medo de fazer o exame. Ora, não é melhor saber para poder se tratar? Assim é com os estudos. É melhor saber o nível de conhecimento que se encontra para poder corrigir eventual falha na aprendizagem.

Existem outros que já exercem cargos públicos e têm vontade de conseguir outro melhor, ostentam potencial para tanto, mas não tentam por medo de não passar no concurso e sofrer gozação dos colegas. Alguns até tentam, mas já começam se justificando antes da prova, dizendo que não tiveram tempo para estudar, entre outras desculpas. Após a primeira reprovação, justificam-se para Deus e o mundo e não tentam mais. Conheço várias pessoas nessa situação. Elas poderiam estar exercendo outros cargos melhores, mas acomodaram-se com vergonha de ficar fazendo concurso.

Quem deseja ter sucesso em concursos não deve ter receio de testar o conhecimento fazendo exercícios, pois isso faz parte do treinamento e é importantíssimo para corrigir os erros de estudo. Também não se deve ter medo e nem vergonha de fazer concurso e, quanto mais concursos fizer, melhor. A reprovação não deve ser motivo de vergonha para ninguém. O que deve ser motivo de vergonha é a covardia, o medo de não passar e, por isso, deixar de concorrer. Isso sim deve ser motivo de vergonha (***"Mais valem as lágrimas de uma derrota do que a vergonha de não ter lutado"***). O que a pessoa deve fazer é estudar bastante e, diante de cada reprovação, procurar corrigir os erros e estudar mais até conseguir o seu objetivo.

Eu exercia um excelente cargo público em Brasília, mas queria ser Procurador da República. Na primeira tentativa passei na prova objetiva, mas fui reprovado na subjetiva. Estudei bastante, resolvi várias provas passadas, tentei novamente no ano seguinte e logrei êxito, ingressando no MPF.

Há um colega que tinha mania de passar em primeiro lugar nos concursos mais difíceis, assumia o cargo, mas ficava por pouco tempo.

O objetivo dele era ser Procurador da República. Apesar de toda sua capacidade e determinação, não conseguia êxito. Tentou a primeira vez, reprovou; tentou a segunda, também reprovou; tentou a terceira, reprovou novamente; tentou a quarta, mais uma reprovação.

Enquanto isso ele ficava mudando de cargo e rodando pelo Brasil. Na quarta reprovação, ele era Promotor de Justiça em Brasília e todos pensavam que não faria mais concurso, pois estava junto da família e deveria estar cansado de ser reprovado no concurso de Procurador da República. Mas se enganaram, pois ele não é de desistir e foi para o quinto concurso. No último, ele deixou sua a marca: passou e em primeiro lugar. Aí sim, ele parou de fazer concurso. Pois é, concurso é assim, deve-se fazer até conseguir o objetivo.

Capítulo

COMO ESTUDAR PARA A PROVA SUBJETIVA (DISSERTATIVA)

A forma como estudei durante a faculdade proporcionou-me bastante conhecimento jurídico, bem como excelente performance para a prova objetiva, tanto que no primeiro concurso privativo de bacharel em Direito passei em primeiro lugar (o concurso não tinha prova subjetiva). A mesma performance tive no segundo concurso de prova objetiva. Porém, quando fui enfrentar concursos de prova subjetiva e oral fui reprovado. Depois de algumas reprovações, conscientizei-me de que não estava preparado para esse tipo de prova, então cuidei de me preparar. O ideal seria que tivesse me preparado ainda no tempo de faculdade. No entanto, como isso não ocorreu, pois não tive a ideia e nem orientação nesse sentido, tratei de recuperar o tempo perdido.

A estratégia de estudar pelos Códigos, infalível para prova objetiva, reclama complemento para a subjetiva, pois a resposta deve ser redigida. Como o jeito melhor para aprender a fazer é fazendo, a melhor técnica para se preparar para a prova subjetiva é estudar redigindo.

Escolhe-se boa doutrina (acompanhando a legislação), estuda-se o assunto e depois redige-se, resumindo o que estudou. Essa técnica parece trabalhosa, mas é muito eficiente. É que, ao redigir, além de fixar melhor a matéria estudada, exercita-se a redação e isso é essencial para a prova subjetiva. Além dessas vantagens, os registros da escrita servem como fonte de consulta. Explico: enquanto no estudo para prova objetiva basta ler o assunto e depois mentalizar; no estudo para prova subjetiva usa-se a mesma técnica, só que além de mentalizar, escreve-se, fazendo resumo do que aprendeu.

Esse resumo é fonte importantíssima de consulta rápida. Isto porque nos concursos que têm prova subjetiva, normalmente são muitas as matérias para estudar; assim, suponhamos que hoje foi estudado um assunto de Direito Penal, amanhã estuda-se Direito Civil, depois Tributário, Comercial, Trabalho, Administrativo, Constitucional, Econômico, Financeiro etc.

Passados alguns dias, quando a pessoa voltar para recapitular aquele assunto estudado antes, parece que não sabe mais nada. Então terá de ler novamente as várias páginas do livro estudado para poder relembrar o que estudou.

Se o assunto estudado foi escrito sob resumo, não precisará gastar tempo relendo as várias páginas do livro, pois em poucos minutos isso é feito lendo apenas o resumo. E mais: o resumo faz a pessoa lembrar-se de tudo o que estudou, uma vez que como foi realizado por ela (resumo não pode ser feito por terceiros) vai recordar de tudo o que leu em cada palavra registrada. É o mesmo que acontece quando uma pessoa tenta recordar de algo e alguém dá uma dica, às vezes, apenas uma palavra é suficiente para relembrar toda a cena do acontecimento. Com efeito, além do treinamento da escrita, essencial para a prova subjetiva, o resumo também é poderosa técnica de memorização (não é decoreba).

Há pessoas que, em vez de resumir, usam marca-texto para destacar as partes mais importantes. Isso ajuda, é mais rápido, dá menos trabalho, mas nem de longe se compara à técnica do resumo.

A escrita resumida, além de treinar a redação e fixar melhor o estudo, é mais prática para o manuseio. Por exemplo, os meus resumos ficavam registrados em pequenos cadernos. Um livro de mais de 700 páginas resumia em 50 folhas de um caderninho e para onde ia os levava e, assim que sobrava algum tempo, aproveitava recapitulando. Já pensou se fosse andar com o monte de livros a tiracolo?

Um detalhe interessante é que o resumo só serve para quem o fez. É que os registros serão de acordo com o que a pessoa achou de interessante, além do que a letra fica rabiscada (escreve-se rápido), de forma que somente quem escreveu é que vai entender.

Para se ter uma ideia do valor dessa técnica, faço o registro de um colega que hoje é Procurador da República e me autorizou citá-lo para exemplificar que qualquer pessoa pode vencer pelos estudos, independentemente de classe social, raça ou cor. Esse colega é de família

muito pobre, trabalhou como borracheiro e cobrador de ônibus na periferia de Brasília e, além da origem extremamente humilde, é negro.

O conheci quando ingressei na faculdade, na época ele era policial civil em Brasília e já havia passado por outros cargos públicos de nível médio, todos por meio de concurso. Sua intenção ao ingressar no curso de Direito era ser delegado.

Durante a faculdade estudamos bastante, utilizando a mesma técnica de estudo que já informei. Embora ele fosse muito bom em prova objetiva, também sentiu dificuldade em prova subjetiva igual a mim e sofreu algumas reprovações. Mas não desistimos, recuperamos o tempo perdido e passamos no concurso para Procurador Federal do INSS (que tinha prova subjetiva).

Algum tempo depois, resolvemos fazer o concurso de Procurador da República. Quando tomamos essa decisão já estávamos tarimbados em concurso, inclusive para a prova subjetiva. No primeiro certame, em 1994, passamos na prova objetiva, mas fomos reprovados na prova subjetiva. No ano seguinte, fizemos novamente o concurso; por descuido, o colega passou duas questões erradas para a folha de resposta e foi reprovado na prova objetiva. Segui em frente e venci todas as fases do concurso, logrando ingressar no MPF em 1996.

Na minha posse como Procurador da República, realizada nas dependências do Senado Federal, o colega estava triste, pois ele queria muito participar daquela solenidade como empossando. Eu estava alegre por mim, mas triste por ele não ter conseguido. Disse-lhe para não desistir, pois na próxima solenidade de posse eu estaria presente para prestigiá-lo, porquanto tinha absoluta convicção de que ele passaria no concurso do ano seguinte e, realmente, no próximo ano (1997), ele tomou posse como Procurador da República.

Por ausência de vagas em Brasília, ele foi trabalhar em Uberlândia. Um ano depois conseguiu remoção para Goiânia. Depois de um ano em Goiânia, estava aberta remoção para Brasília, mas não era certo que conseguisse vaga, pois ainda havia gente da turma anterior querendo retornar para a Capital Federal.

O colega ficou preocupado em não conseguir retornar tão cedo para Brasília, onde residia a sua família. Informei-o de que estava aberta a inscrição para o concurso de Juiz Federal da Primeira Região e certamente teria vaga para Brasília. Ele ponderou, dizendo que já fazia quase

três anos que deixara de estudar para concurso e não teria tempo para se preparar. Disse-lhe que tinha certeza de que passaria, pois conhecia o seu potencial.

Ele se inscreveu no concurso na última hora, recapitulou a matéria utilizando-se da técnica dos resumos e de exercícios. Fez o concurso e logrou êxito em todas as fases. Foi chamado para tomar posse como Juiz Federal, mas recusou, preferindo ficar como Procurador da República, pois conseguira remoção para Brasília.

O nome desse colega é José Cardoso Lopes. Como já disse, ele é de família muito humilde. Teve muita dificuldade para estudar, dividia os livros com os pneus furados, trabalhando em uma borracharia nos fundos de sua casa, na periferia de Brasília. Ele lutou muito, enfrentou e superou inúmeras adversidades e nunca se importou com a cor de sua pele e nem sentiu receio de enfrentar qualquer desafio.

O colega Cardoso Lopes é exemplo de quem estuda com vontade e estratégia vence. Ele enfrentou os difíceis concursos de Procurador da República e de Juiz Federal e passou nos dois, além de outros. Isso é sinal de que basta estudar, a cor da pele não conta, pois se quisessem lhe discriminar poderiam lhe reprovar na prova oral.

Portanto, quem estuda vence, independentemente de religião, sexo, raça, cor, opção sexual ou formato da cabeça. Por exemplo, eu tenho a cabeça chata, muitos pensam que sou nordestino, mas na verdade sou nortista, em tese, até mais discriminado; porém nunca liguei e, por isso, acho que nunca fui discriminado e, se fui, nem percebi. O que eu sei é que consegui os meus objetivos, inclusive, cheguei além do que imaginava inicialmente e tudo foi auferido por meio dos estudos. Nunca precisei do favor de ninguém para subir na vida, exceto da ajuda de Deus, que me deu saúde e determinação para lutar.

Sou testemunha de que os estudos abrem as portas para quem é determinado, não acredita no fracasso, não se entrega ao desânimo e não busca desculpa para desistir e acomodar-se quando os obstáculos tentam impedir o triunfo.

Capítulo 18

ESTRATÉGIA PARA A PROVA ORAL

É semelhante à preparação para a prova subjetiva, ou seja, reclama estudo mais profundo e os resumos são extremamente relevantes, pois o candidato deverá demonstrar segurança na hora da arguição. Todavia, a demonstração de segurança deve ser natural, sem esnobação. Já vi candidato ser reprovado na prova oral porque respondia com desdém, dando a entender que seria muito "sábio" e acabou se "finando".

A estratégia mental ofensiva nesta prova é imprescindível para manter a tranquilidade. Se a pessoa não souber a primeira pergunta, não deve se preocupar, pois isto só vai complicar a situação. No caso, deve pedir ao examinador que passe para a próxima, devendo concentrar-se na pergunta da vez, pois, se ficar tentando se lembrar da anterior, perderá a concentração e pode acontecer de não responder nem a primeira e nem a segunda.

Aliás, essa observação serve também para a prova escrita. Quando não se sabe a resposta de uma questão, deve-se ir para a próxima e esquecer a anterior, pois se ficar preocupado com a que não sabe, pode perder a concentração e errar até as que sabe. Se sobrar tempo, volta-se às questões não respondidas.

Na prova oral deve-se ter muito cuidado com os chutes. Muitas vezes é melhor dizer que não sabe do que chutar no escuro, pois só vai irritar o examinador e o candidato acaba perdendo a credibilidade. Um bom curso de oratória também ajuda bastante na prova oral. É que esta prova reclama, além do conhecimento jurídico, desembaraço verbal; portanto, o controle da palavra no momento das respostas é muito im-

portante, inclusive para dar boa impressão ao examinador. Não devemos esquecer de que o resultado da prova oral, infelizmente, depende muito do subjetivismo dos examinadores.

Um candidato que tem medo de soltar a voz vai ter de demonstrar muito conhecimento para convencer que merece ser aprovado. Por outro lado, aquele que abusa da voz pode ter problemas. Destarte, um curso de oratória de pelo menos duas semanas pode ajudar bastante. Fujam daqueles cursos de duração de apenas um dia ou dois, pois dificilmente vão ajudar.

Assinalo que, embora seja difícil passar nesses concursos (que têm provas subjetiva e oral), não é impossível, tanto que eu passei, e o meu objetivo inicial nem era esse, justamente porque achava quase impossível; porém, aos poucos vi que não era tão difícil como imaginava. Tudo depende de uma boa preparação.

De outro giro, existem milhares de excelentes cargos que não têm prova oral e nem exigem prática forense. Além do mais, também há milhares de cargos privativos de bacharel em Direito que só têm prova objetiva e uma prova de redação. Portanto, a oferta é muito grande e para todos os gostos.

Não vejo outra forma senão pela educação de uma pessoa vinda de família pobre conseguir melhorar de vida. É raro alguém subir sem o respaldo educacional e, mesmo que consiga, a ausência de estudos fará muita falta. As raríssimas pessoas que conseguem progressão social, a despeito do despreparo intelectual, poderiam ter desempenho infinitamente melhor se tivessem vencido a inércia do comodismo mental.

A maioria das pessoas que vem das camadas mais baixas da sociedade e alcança melhora de vida, geralmente vence por meio dos estudos. Inclusive as pesquisas mostram que os salários são proporcionais à escolaridade (quanto maior a escolaridade maior o salário).

Portanto, vale a pena estudar. Ressalto que os estudos não se limitam à preparação para concursos públicos, pois existem inúmeras oportunidades no mercado para as mais diversas áreas do conhecimento, como já referidos. Tenho acompanhado na imprensa que inúmeras vagas oferecidas, e não são preenchidas por falta de pessoal qualificado, ou seja, falta de pessoas que queiram estudar para adquirirem os conhecimentos que o mercado reclama. E não são apenas os cursos superiores que melhoram os salários, pois há uma infinidade de cursos técnicos que proporcionam excelentes oportunidades de trabalho.

Capítulo 19

TRANQUILIDADE E CONFIANÇA NA HORA DA PROVA

Para concluir, darei algumas dicas de como comportar-se na hora da prova.

Antes de tudo, o concurseiro precisa ser um profissional. Por isso não deve se abater com situações ruins, por mais graves que possam parecer, como a morte de entes queridos, acidentes, prejuízos, insucessos no amor, reprovações etc. Para que esses problemas não aflijam e tirem o estudante do seu rumo, a tática é relativizá-los e para isso deve exercitar a **estratégia mental defensiva** (capítulo 11). Por outro lado, a **estratégia mental ofensiva** (capítulo 12) evita que, na hora da prova, os nervos trabalhem no lugar dos neurônios, prejudicando o raciocínio, atormentado pelo nervosismo.

Quem se submete a uma prova de concurso deve agir com traquilidade, não pode se abalar emocionalmente, uma vez que o abalo afetará o raciocínio e a capacidade de observação; daí, o candidato não conseguirá raciocinar em cima das questões mais complexas, bem como acabará errando questões fáceis por falta de atenção.

O exercício da estratégia mental ofensiva é muito importante para o concurseiro agir como profissional na hora em que precisa usar os neurônios e não os nervos. Quando comecei a fazer concurso eu era uma pilha de nervos na hora da prova. Depois que coloquei em prática as estratégias mentais ofensivas, tornei-me "frio e calculista". Nada era capaz de me abalar. Fazia a prova como se tivesse resolvendo um simples "dever de casa". A minha preocupação era fazer o melhor que podia e

tirar a maior nota possível. Na hora da prova eu não me preocupava se iria ou não passar, preocupava-me apenas em fazer o melhor.

Os primeiros lugares que tirei foram consequências da preparação e da tranquilidade para resolver as questões. Passei em primeiro lugar em concursos que sabidamente havia candidatos fortes que estudaram bem mais do que eu. Era que na hora da prova eu fazia a diferença, comportando-me com absoluta tranquilidade, de forma que acertava questões que somente alguém com extrema concentração conseguia captar a sutileza da pergunta.

O concurseiro deve comportar-se como um atirador de elite. O atirador profissional não aprende a atirar da noite para o dia, ele tem que treinar muito. Além do farto treinamento, na hora da ação, é preciso equilíbrio emocional para que não perca a concentração.

Na hora da prova, o candidato deve se concentrar ao máximo para examinar cada pergunta com tranquilidade e confiança. Quem não tem equilíbrio emocional já abre o caderno de prova com medo. Fica com medo até com o tamanho da pergunta, questões longas o fazem tremer na base.

O candidato equilibrado concentra-se na prova, acredita que fará o melhor e não se preocupa com a reprovação (o medo de ser reprovado é fator que contribui sobremaneira para o insucesso).

Dicas para se fazer uma boa prova:

> 1 – Ler **atentamente** uma pergunta de cada vez **e sem medo de não saber**. Caso não saiba a resposta, deve-se passar para a outra sem desespero. Nem sempre é possível saber todas as questões de prova de concurso; logo, ao deparar-se com perguntas que não se sabe, a estratégia é manter a calma, até porque o concorrente também deverá passar pelo mesmo problema. Com efeito, vencerá o que tiver mais tranquilidade para resolver o maior número de questões.
>
> 2 – Deve-se responder **uma pergunta de cada vez**. Assim, se o candidato não sabe uma questão, deve passar para outra e esquecer momentaneamente a que não sabe, pois se ficar pensando na que não sabe, perderá a concentração e não terá o máximo de rendimento nas questões que sabe ou que poderia saber. Depois,

se sobrar tempo, deve voltar às questões não sabidas. Quando terminava de responder as questões e ainda sobrava tempo, eu aproveitava fazendo revisão da prova. É bem verdade que uma ou duas vezes acabei trocando questão certa por errada por conta da revisão. Porém, por várias vezes acertei questões que iria errar se não fizesse a revisão. Assim, eu sempre aproveitava até os últimos minutos. Aqueles candidatos apressadinhos, que terminam a prova faltando bastante tempo para o final, dificilmente são aprovados.

3 – Nas questões de provas objetivas (múltipla escolha), deve-se ler atentamente a pergunta e **analisar cuidadosamente cada alternativa**. Não se deve empolgar com a primeira resposta que se apresenta como a verdadeira. É que muitas questões são elaboradas para induzir o candidato ao erro. E o desatento cai como um patinho em tais questões. Como dito no item 1, não se deve ter "medo" da pergunta (medo de não saber); porém, deve-se ter "respeito", ou seja, não se deve achar que é fácil demais. Os que esnobam, achando fácil demais, costumam cair nas "cascas de banana".

4 – Após ser eleita a resposta julgada correta, deve-se analisar **a razão de as outras alternativas não servirem como resposta**. Essa análise reduz bastante a possibilidade do erro "por bobeira". Tal vacilo ocorre quando o candidato erra a questão, não por carência de conhecimento, mas por falta de atenção.

5 – Deve-se ter **muito cuidado com perguntas do tipo**: *"todas as alternativas estão corretas, exceto..."*. Neste caso a resposta que se procura é a incorreta. Muitos candidatos afoitos erram, marcando a alternativa que julgam "a mais correta", enquanto que a resposta exigida é a incorreta. O mesmo ocorre quando a questão diz que *"todas as alternativas estão incorretas, exceto..."*. Neste caso procura-se a alternativa com a sentença verdadeira. Interessante é que isso parece bobo, mas pega muitos candidatos desatentos, que depois ficam lamentando a falta de "sorte".

6 – **O chute deve ser pensado**. Em provas sem penalidades não se deve deixar questões em branco. Nas que têm penalidades, do tipo, cada três questões erradas anulam uma certa, ou algo análogo, deve-se aferir se vale a pena chutar. Por exemplo, se

o candidato fica em dúvida em apenas dois itens, vale a pena chutar. Ademais, é bom que o candidato faça muitos exercícios, resolvendo provas de concursos passados para pegar a "manha" dos examinadores, pois cada instituição tem uma técnica de elaborar a prova.

7 – Provas subjetivas (resposta escrita) costumam assustar quem não tem experiência. É que os enunciados geralmente são longos e o candidato se apavora não acreditando que pode resolvê-los. A estratégia é ter calma, muita calma. **Na maioria das vezes, as questões mais longas são as mais fáceis de resolver**. Deve-se fazer a leitura com tranquilidade sem medo de não saber a resposta. Este é o primeiro passo, pois se o candidato ficar com medo ou ler apressadamente, ficará desconcentrado e terá sérios problemas para fazer alguma coisa.

8 – Da mesma forma que na prova objetiva, na prova subjetiva, caso não se saiba a resposta de uma pergunta, deve-se passar para a outra e esquecer momentaneamente a que não sabe (se sobrar tempo, volta para resolver as que não sabe).

9 – Para resolver uma prova subjetiva, é necessário que o candidato tenha **treinado bastante**, pois precisará redigir sob pressão, em razão do tempo reduzido. Muitos candidatos costumam fazer rascunho antes de escrever em definitivo as respostas de provas subjetivas. Eu não fazia rascunho, pois se perde muito tempo passando a limpo e geralmente não se consegue resolver todas as questões dentro do tempo, que costuma ser exíguo.

10 – Antes de começar a escrever, é necessário **analisar friamente a questão** (tem que ser "frio e calculista"), apreciar todos os detalhes, **sem tirar e nem acrescentar nada do enunciado**. Qualquer detalhe esquecido ou acrescido pode alterar o resultado, logo, deve-se ater estritamente ao que consta na pergunta. Depois de lido atentamente o enunciado, deve-se decidir pela resposta. Eu só começava a escrever, quando estava certo de que aquela seria a resposta definitiva. Vi muitos candidatos afoitos que logo começavam a escrever e depois se arrependiam da resposta e perdiam muito tempo, refazendo-a.

11 – Uma vez tomada a decisão sobre a resposta a ser dada, faz-se um **"rascunho mental" antes de escrever cada parágrafo** para

só depois colocar no papel, ou seja, antes de registrar, pensa-se bem o que vai escrever. Assim não se corre o risco de rasurar e/ou a redação ficar truncada.

12 – Da mesma forma que o candidato deve saber que, dependendo da complexidade do concurso, nem todas as questões podem ser resolvidas na prova objetiva, na prova subjetiva **nem sempre é possível responder a todas as perguntas**. Ademais, como o tempo é exíguo, nem sempre se pode fazer uma redação perfeita. Com efeito, deve-se procurar fazer o melhor possível, mas sem a pretensão da perfeição. Muitos candidatos tentam fazer bonito demais e acabam não fazendo nada, a falta de tempo os impede de concluir o que desejavam escrever.

13 – Tanto na prova objetiva quanto na prova subjetiva **o equilíbrio emocional é fundamental** para o sucesso. Na prova oral esse equilíbrio é imprescindível, pois o candidato terá de encarar o examinador e quanto mais tranquilidade tiver, mais segurança demonstrará e certamente impressionará positivamente. Porém, é preciso ter muito cuidado, pois o candidato deve transparecer segurança, mas sem esnobar. Deve mostrar que tem conhecimento, mas com humildade, sem denotar que sabe demais, pois isso pode provocar o examinador a castigar nas perguntas; ademais, ele pode achar que o candidato quer ser melhor do que ele, e na hora da prova essa disputa não é nada boa para o candidato (não se deve provocar a vaidade do examinador).

14 – Recomenda-se o chute na prova objetiva, principalmente quando não houver penalidade. Na prova subjetiva também é recomendável, pois é melhor escrever alguma coisa do que não escrever nada. Contudo, **não é recomendável o chute na prova oral**. É melhor o candidato dizer que não sabe ou pedir que a pergunta seja refeita depois. É que se o chute for ruim, o candidato ficará “sem moral” com o examinador. Dará a péssima impressão de que é “enrolão”. Por exemplo, dizem que em determinada prova oral de Direito Penal um candidato foi perguntado sobre o que entendia por legítima defesa sucessiva. O “criativo” rapaz disse que a legítima defesa sucessiva era uma defesa, reconhecida pelo ordenamento jurídico pátrio, que legitimava a ação de uma pessoa que fosse agredida por vários agentes. Daí, explicou o

candidato enrolão, a vítima estaria legitimada a se defender do primeiro agressor, do segundo agressor, do terceiro agressor, e assim "sucessivamente"; por isso, a denominação de legítima defesa sucessiva. O examinador "p" da vida com o candidato "171" disse-lhe que iria lhe dar uns "zeros sucessivos". A título de informação, legítima defesa sucessiva é a legítima defesa contra o excesso. Por exemplo, "A" agride "B" (nos meus exemplos não uso os personagens faraônicos Tício, Mévio, Caio, Semprônio...); "B" defende-se da agressão de "A", mas exagera. O excesso de "B" pode ser repelido em legítima defesa por "A". Essa defesa contra o excesso é que se chama legítima defesa sucessiva, isto é, o agressor inicial passa a ter direito a agir em legítima defesa contra a vítima inicial, que se defendeu de forma exagerada. Veja-se um exemplo prático: "A" vai assaltar "B" com um canivete. "B", em legítima defesa, dá uma paulada e deixa "A" desarmado. Ocorre que "B", mesmo depois de ter conseguido desarmar "A", continua batendo. "A" consegue pegar uma pedra e atinge "B", ferindo-o. A pedrada de "A" (o agressor inicial) contra "B" (a vítima inicial) é justificada pela legítima defesa sucessiva, pois "B" excedeu-se ao defender-se da agressão inicial.

15 – Para se fazer uma boa prova, seja objetiva, subjetiva ou oral, antes de tudo é preciso estudar bastante, concentrar-se ao máximo, procurando fazer o melhor na prova, sem se preocupar com a aprovação e muito menos com a reprovação, **pois quem fica com medo de ser reprovado tem tudo para sê-lo**.

Deixo para reflexão a oração que costumava fazer um pouco antes de começar a prova, que me deixava bastante tranquilo: ***"Meu Deus, estou preparado para fazer o melhor nesta prova, mas se eu não passar, é porque não me preparei o suficiente para lograr o êxito pretendido e peço a Tua Ajuda para me consolar, pois sei que a vida é assim mesmo e só os melhores (preparados) vencem. Prometo que no próximo concurso estudarei mais ainda, porquanto o consolo que te peço é passageiro, pois jamais me entregarei ao insucesso".*** Em seguida, lembrava do Imperador Júlio César que, antes de começar um combate, pronunciava

sua famosa frase: *Alea jacta est* (A sorte está lançada). Depois disso eu dizia: Seja o que Deus quiser. Assim, estava preparado para resolver a prova e só errava as questões que realmente eu não sabia e de que não tinha a menor ideia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As duas edições deste livro mostraram-me que as estratégias que adotei para vencer na vida e nos estudos podem ser repassadas com sucesso. Essa constatação incentivou-me a continuar repassando o conhecimento.

Tencionava escrever um livro exclusivamente sobre concursos públicos, abordando modos e formas de estudar; todavia, com a publicação do ótimo livro ***"Como Estudar para Concursos"***, do Alexandre Meirelles, Editora Método, **que aborda com precisão o assunto**, desisti do livro específico e resolvi aprofundar na parte da inteligência emocional, cujo assunto foi tratado na primeira e na segunda edições deste livro.

Para que a obra não ficasse extensa demais, retirei a parte que tratava dos bastidores do poder e da política, que será objeto de outro livro, e deixei neste apenas a autobiografia e as estratégias de estudo, enfatizando a inteligência emocional.

Com efeito, recomendo o livro acima mencionado que, juntamente com este, fornecem elementos subjetivos e objetivos, produtos das experiências vividas por ambos os escritores (concurseiros apaixonados pela "arte"). As informações e ensinamentos contidos nos dois livros (um complementa o outro) capacitam o concurseiro a se preparar para qualquer concurso, desde o mais simples ao mais complexo.

Em breve publicarei o livro *Direito Penal Mastigado*, no qual explico o Direito Penal no mesmo estilo que aprendi e aplico no dia a dia. O livro será útil para concurseiros, acadêmicos e profissionais do Direito, que não têm ou não gostam de perder tempo com pesquisas na doutrina e na jurisprudência (por isso que o título contém o adjetivo "mastigado"). Posteriormente, tenciono fazer o mesmo com outros ramos do Direito.

Nem sempre o sucesso traz a felicidade. Nem sempre a felicidade traz o sucesso. Ambos, todavia, podem ser conquistados. Para essa conquista, o desenvolvimento da inteligência emocional, espécie de inteligência competitiva voltada para a prática, e que privilegia o bem-estar psíquico, é ferramenta de primeira grandeza. Por isso, nesta edição, explorei mais o assunto, para ajudar o leitor a experimentar os benefícios de uma vida vencedora em todos os aspectos.

Sugiro que o livro seja lido e relido várias vezes e posto em prática os ensinamentos. Tenho absoluta convicção, até porque comprovadas nas edições anteriores, que o leitor usufruirá dos benefícios que a obra objetiva fornecer.

Até breve,

Manoel Pastana

De Faxineiro a Procurador da República

TÉCNICAS E ESTRATÉGIAS PARA

- preparação para provas e concursos
- desenvolvimento da inteligência emocional

Nascido em uma família muito pobre, na Ilha de Marajó (Pará), o autor trabalhou como faxineiro e vendedor de livros, mas mudou de condições por meio dos estudos.

No primeiro concurso, cuja escolaridade exigida era apenas o primeiro grau, só conseguiu passar na quinta tentativa. As dificuldades encontradas o levaram a criar um método de estudo baseado no desenvolvimento da inteligência emocional. O método deu tão certo que, no primeiro concurso de nível superior, realizado logo após a formatura na faculdade, passou em primeiro lugar.

Nesta obra, ele compartilha com o leitor técnicas e estratégias que adotou para vencer nos estudos e na vida. Explica os métodos que o fizeram passar de aluno reprovado em escola pública no ensino fundamental a um concurseiro de sucesso, considerando que obteve aprovação em concursos concorridos, alguns em primeiro lugar.

Além das estratégias para provas de concursos, vestibulares e exame da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), o livro traz ensinamentos para a utilização do estudo na iniciativa privada, bem como lições para melhorar a qualidade de vida em todos os sentidos.

Manoel Pastana

DE FAXINEIRO A PROCURADOR DA REPÚBLICA